Л. А. Маширина

Жить в мире и согласии с собой и другими

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

В настоящих методических рекомендациях рассматривается проблема формирования позитивной самооценки школьников как основы толерантного отношения к миру. Заявленная тема актуальна для современной школы, она отражает многонациональность и многоконфессиональность нашего государства.

В методические рекомендации включены развивающие занятия, направленные на формирование навыков толерантности. Преимуществом пособия является то, что представленные в Приложении материалы можно использовать как «педагогический конструктор» под индивидуальные особенности воспитательной ситуации, что позволяет повышать социокультурную компетентность учащихся через комплексное вовлечение всех сфер личности – интеллекта, мотивационных структур, поведенческих навыков и умений.

Пособие предназначено для заместителей директоров по воспитательной работе, классных руководителей, психологов, педагогов дополнительного образования.

- Людмила Алексеевна Маширина
  - ○
  - ○ Введение
  - ○ Первый блок занятий
    - ■
    - ■ Занятие 1
    - ■ Занятие 2
    - ■ Занятие 3
  - ○ Второй блок занятий
  - ○ Третий блок занятий
  - ○ Четвертый блок занятий
  - ○ Заключение
  - ○ Выводы и рекомендации
  - ○ Приложения
    - ■ Приложение 1.1
    - ■ Приложение 1.2
    - ■ Приложение 1.3
    - ■ Приложение 1.4
    - ■ Приложение 2.1
    - ■ Приложение 2.2
    - ■ Приложение 3.1
    - ■ Приложение 3.2

        - Приложение 3.3
        - Приложение 3.4
        - Приложение 3.5
        - Приложение 3.6
        - Приложение 4.1
        - Приложение 4.2
        - Приложение 4.3
        - Приложение 4.4
        - Приложение 4.5
        - Приложение 4.6
        - Приложение 4.7
        - Приложение 4.8
        - Приложение 4.9
        - Приложение 4.10
        - Приложение 5.1
    - Список литературы
- notes
    - 1

Людмила Алексеевна Маширина
Жить в мире и согласии с собой и другими

© Маширина Л. А., 2012
© Линка-Пресс, 2012

* * *

Введение

Подростковый возраст – важнейший период в психосоциальном развитии человека. Подросток уже не ребенок, но еще и не взрослый. Он активно включается во взрослую жизнь, формирует свою идентичность, осваивает различные социальные роли. Его жизненная ориентация зависит от того, как он будет относиться к миру в целом, к себе, к своей семье и другим людям в этом мире.

Позиция терпимости, доверия – это основа для осуществления выбора будущих поколений в пользу мира, а не войны, мирного сосуществования человечества, а не конфликтов.

Позиция самоутверждения является естественным для человека и ценным для общества качеством. В конечном счете успех, достижения отдельной личности и являются целью общества, так как прогресс и процветание определяются достижениями и реализацией способностей каждого из его членов.

Обучение конструктивным способам выхода из конфликтных ситуаций, выражение своих чувств и переживаний без конфликтов и насилия, развитие коммуникативных навыков, укрепляющих социальные связи, помогут подросткам выбрать путь, способы и средства, с помощью которых они смогут достигнуть своих целей оптимальным путем с наименьшими потерями. На это делается акцент и в Стандартах нового поколения: «Только в Стандарте второго поколения определены **результаты воспитания**: чувство гражданской идентичности, патриотизм, учебная мотивация, стремление к познанию, умение общаться, чувство ответственности за свои решения и поступки, толерантность и многое другое»[1].

Важнейшим способом самоутверждения служит общение – взаимодействие личности с окружающими людьми, в результате которого происходит обмен информацией, эмоциями. Для этого необходимы межкультурное понимание и толерантное поведение.

Очень важно сделать это общение успешным и бесконфликтным. Поэтому необходимо отрабатывать самые различные социальные навыки, позволяющие подростку постигать трудное искусство успешно жить в мире и согласии с собой и другими. Это **навыки** позитивного взаимодействия, решения конфликтных ситуаций, отработка способов успешной коммуникации, корректировка самооценки, самоанализа, самоутверждения, самопознания своего «Я» и «Я среди Других».

При построении занятий мы исходили из понятия

толерантности как психологической устойчивости в широком смысле слова. В связи с этим в работе с подростками использовались **упражнения**, направленные на развитие навыков саморегуляции, релаксации, устойчивости к воздействию стресса. Необходимой предпосылкой для развития у подростков толерантного отношения к иным взглядам является способность взглянуть на ситуацию с новой точки зрения. В большинство занятий мы включали упражнения, игры, разминки, элементы дискуссии, направленные на развитие креативности, воображения, умения правильно выражать свою мысль, отстаивать свою позицию.

Главная цель занятий – повышение социокультурной компетентности участников проекта.

Социокультурная компетентность – это важнейшая основа адекватности и успешности человека в жизни. Основными критериями оценки уровня социокультурной компетентности в общении признаются соответствие поведения человека в конкретной ситуации и социальному контексту в целом и определяемая этим его эффективность – достижение в процессе коммуникации желаемых результатов.

Оптимальный уровень социокультурной компетентности можно определить как наличие у человека специальной системы знаний, умений и навыков, позволяющих строить позитивные отношения с различными людьми, успешное взаимодействие личности как с одноклассниками, так и с учащимися других классов, не похожими по самым разным признакам.

Задачи

• Развитие навыков и качеств, способствующих развитию компетентности во взаимоотношениях с людьми, принадлежащими к другим группам, и во взаимоотношениях в семье.

• Объединение одноклассников и удовлетворение важного, особенно для подростков, чувства групповой принадлежности, которая базируется на нормах, ценностях и установках, разделяемых членами собственной группы.

Воспитание в духе толерантности не ограничивается понятиями «толерантность» – «толерантная личность» и «интолерантность» – «интолерантная личность». В проекте «Жить в мире и согласии с собой и другими» через развитие таких составляющих толерантности, как доверие, сочувствие, сопереживание, взаимоуважение раскрывается суть «инаковости», отличия от других.

Укоренение в школе духа толерантности, формирование отношения к ней как к важнейшей ценности общества – значимый

вклад школьного образования в развитие культуры мира на земле.

Методические разработки состоят из описания содержательных блоков, техники реализации, анализа и рефлексии полученных результатов.

Методические разработки включают в себя 24 занятия. Каждое занятие делится на 3 части.

1. Разминка. Это упражнения, способствующие активизации участников группы, созданию непринужденной, доброжелательной атмосферы, повышению сплоченности. Ведущий может воспользоваться предложенными вариантами, или, если понадобится, подобрать упражнения для разминки самостоятельно в зависимости от особенностей группы, в которой проходят занятия.

2. Основное содержание занятия. Эта часть включает в себя мини-лекции, игры, беседы, упражнения, задания, помогающие понять и усвоить главную тему занятия.

3. Рефлексия занятия. В конце каждого занятия оставляется время, чтобы участники могли выразить свои чувства, поделиться впечатлениями, высказать мнения, поговорить о своем настроении. Однако ведущий может предлагать и свои варианты вопросов, обращая особое внимание на то, что, по его мнению, осталось не до конца понятым или недосказанным. Кроме того, могут задаваться вопросы, концентрирующие внимание участников на их состоянии, например:

– Что вы сейчас чувствуете?

– Какими мыслями хотели бы поделиться с группой?

– Какие чувства вы испытывали во время выполнения упражнений?

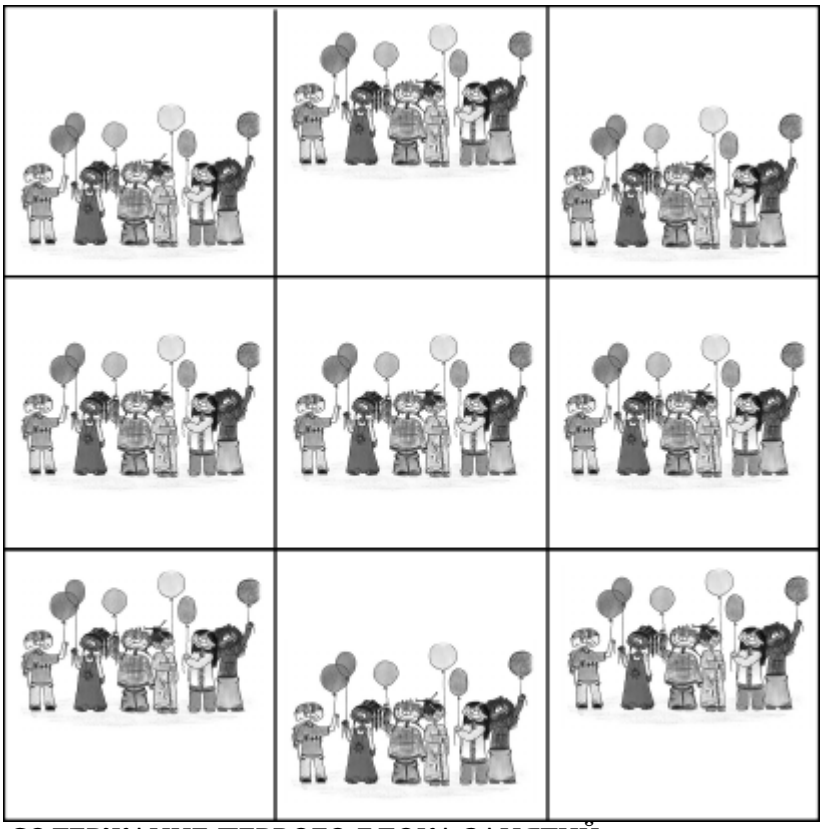
– Что показалось вам наиболее интересным, новым и неожиданным?

Работа «здесь и теперь» с непосредственными чувствами и ощущениями необходима в подобных тренингах. Подростки постепенно привыкают считаться с особенностями настроения других, у них развивается умение слушать и слышать, а это является важным компонентом эмпатии. Рефлексия помогает лучше понять себя, свой внутренний мир, свои поступки.

Методы работы, используемые для решения поставленных целей: ситуационные, импровизационные, моделирующие и ролевые упражнения, предполагающие обратную связь, обмен чувствами, техники присоединения, формирующие навыки ведения позитивного диалога, социодраматические и экспрессивные методы, а также техники, фиксирующие состояние «здесь и теперь», метод недописанного тезиса и т. д.

Приемы работы: анкетирование, дискуссии, сочинения-размышления, открытые письма родителям и учителям, создание эмблемы толерантности, кодекса жизни толерантного человека, индивидуальных программ самоутверждения, ролевые игры.

Первый блок занятий «Толерантность и интолерантность»



СОДЕРЖАНИЕ ПЕРВОГО БЛОКА ЗАНЯТИЙ

№ п/п	Тема	Цели
1.	Понятие толерантности	1. Ознакомление с понятием «толерантность», «интолерантность», «толерантная личность», «интолерантная личность», границы толерантности. 2. Показать значение толерантного поведения при взаимодействии с людьми, а также в различных жизненных сферах. 3. Обсуждение проявлений интолерантности в обществе. 4. Анкетирование учащихся «Как жить в мире и согласии с собой и с другими»
2.	Толерантность по отношению к себе и к участникам проекта	1. Развитие чувства собственного достоинства и умения уважать достоинство других. 2. Осознание многообразия проявлений личности каждого участника в групповом взаимодействии. 3. Развитие способности к самоанализу, самопознанию, навыков ведения позитивного диалога о самом себе. 4. Повышение самооценки через получение позитивной поддержки от группы
3.	Толерантная личность	1. Завершение работы над первым блоком проекта. 2. Показать черты толерантной личности. 3. Выяснить, чем отличается толерантная личность от интолерантной. 4. Толерантность к себе и другим, толерантное общение. 5. Создание эмблемы толерантности. 6. Развитие фантазии, экспрессивных способов самовыражения, умение четко выражать свою мысль

Л. А. МАШИРИНА

Занятие 1

Вводная часть

Цели:

1) ввести учащихся в проблему «Что значит быть толерантным»;

2) провести мини-лекцию.

Ход занятия

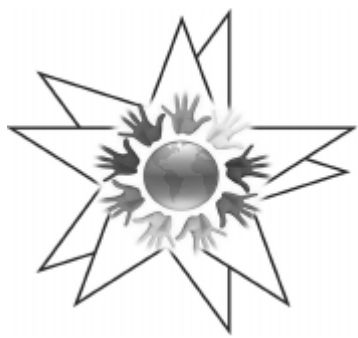
I. Мини-лекция «Толерантность – это…» «Толерантность» – в переводе терпение. Но сегодня мы понимаем под толерантностью уважение прав другого, а также воздержание от причинения вреда всем и самому себе. При этом толерантность – это не уступка, не снисхождение, а активная жизненная позиция. Ни при каких обстоятельствах толерантность не может служить оправданием посягательства на права человека. Толерантный человек умеет принимать другого человека, который может отличаться от него по разным признакам: особенностям характера, национальным, расовым, культурным признакам.

2003-й год был объявлен ЮНЕСКО годом толерантности. Понятие «толерантность» по смысловой насыщенности значительно шире, нежели просто «терпимое отношение». Это своеобразная этическая доктрина современности, претендующая на центральное место в «оси координат» XXI века.

Для того чтобы это понять, предлагаем совершить небольшой лингвистический экскурс:

Tolerancia (испанский) – способность признавать отличные от своих собственных идеи или мнения;

Tolerance (французский) – отношение, при котором допускается, что другие могут думать или действовать иначе, нежели ты сам;



Tolerance (английский) – готовность быть терпимым,

снисходительным;

Kuan rong (китайский) – позволять, принимать, быть по отношению к другим великодушным.

Таким образом, существует несколько различных подходов к определению понятия «толерантность». Споры о терминологии начинаются с перевода понятия на русский язык. Большинство ученых считают, что адекватным русским словом является «терпимость».

Терпимость (русский) – способность терпеть что-то или кого-то, быть выдержанным, выносливым, стойким, уметь мириться с существованием чего-либо, кого-либо, считаться с мнением других, быть снисходительным.

Толерантность – это миролюбие, терпимость к этническим, религиозным, политическим, конфессиональным, межличностным разногласиям, признание возможности существования «другого».

Выводы

1) Толерантность – это человеческая добродетель: искусство жить в мире разных людей и идей, способность иметь права и свободы, при этом не нарушая прав и свобод других людей.

2) Толерантность – это не уступка, снисхождение, а активная жизненная позиция на основе признания иного. 16 ноября 1995 года была принята «Декларация принципов толерантности» (см. Приложение 1.1).

16 ноября был объявлен международным Днем толерантности.

Таким образом, в ходе мини-лекции учащиеся приходят к пониманию противоположных по значению терминов «толерантность» – «интолерантность» или «нетерпимость». Нетерпимость основывается на убеждении, что твоя система взглядов, твой образ жизни стоят выше остальных. Это не просто отсутствие чувства солидарности, это неприятие другого за то, что он выглядит иначе, думает иначе, поступает иначе, просто за то, что он существует. Такой взгляд на нетерпимость нельзя путать с юношеской нетерпимостью – смесью нетерпимости и протеста. Речь идет здесь скорее о таком индивидуальном и коллективном состоянии, которое, начинаясь с раздражения, может привести даже к убийству. Нетерпимость ведет к господству и уничтожению, отказывает в праве на существование тому, кто придерживается других взглядов, определяет предпочтение подавления, а не убеждения. Нетерпимости ненавистны новшества. Необходимо понимать последствия нетерпимости для общества и уметь оценить ее проявления как нарушения прав человека.

Важно научиться всем активно защищать права человека, выражать протест против любых форм дискриминации. Активная толерантность имеет формулу:

ПОНИМАНИЕ + СОТРУДНИЧЕСТВО + ДУХ ПАРТНЕРСТВА

II. После этого предлагается всем участникам проекта представиться так, как бы им хотелось, чтобы их называли на занятиях (можно использовать псевдонимы).

Упражнение «Снежный ком»

Процедура проведения

Участники проекта сидят в кругу. Первым представляется ведущий. Затем сидящий слева от него называет имя ведущего и свое имя. Каждый следующий участник называет по очереди имена всех, представлявшихся до него. Таким образом замыкающему круг предстоит назвать имена всех членов группы.

Упражнение «Сосед справа, сосед слева»

Процедура проведения

Участник, в руках у которого находится мяч, называет имена соседей справа и слева от себя, а затем представляется сам. После этого он бросает мяч любому из членов группы.

Получивший мяч вновь должен назвать имена своих соседей справа и слева и представиться сам и т. д.

III. Разминка

Цели:

1) создание непринужденной, доброжелательной атмосферы в группе;

2) повышение внутригруппового доверия и сплоченности членов группы.

Упражнение «Чем мы похожи?»

Процедура проведения

Члены группы сидят в кругу. Ведущий приглашает в круг одного из участников на основе какого-либо реального или воображаемого сходства с собой, например: «Катя, подойди, пожалуйста, ко мне, потому что у нас одинаковый цвет волос (или глаз, или рост, или мы живем на Земле…)» Катя выходит в круг и приглашает выйти кого-нибудь из участников таким же образом. Игра продолжается до тех пор, пока все члены группы не окажутся в кругу.

Упражнение «Комплименты»

Процедура проведения

Ведущий предлагает участникам придумывать комплименты друг для друга. Он бросает мяч одному из участников и говорит ему что-то приятное: «Дима, ты очень справедливый человек!» Получивший мяч бросает его тому, кто хочет сказать свой комплимент и т. д. Важно проследить, чтобы комплимент был

сказан каждому участнику.

IV. Основное содержание занятия

Упражнение «Что такое толерантность и интолерантность?»

Цели:

1) дать возможность участникам сформулировать «научное понятие» толерантности;

2) показать многоаспектность понятия «толерантность».

(Необходимое время проведения 20 минут.)

Материалы: определения толерантности, написанные на больших листах ватмана (на одной стороне слова *«Толерантность это – …», «Интолерантность это – …»,* а на другой стороне – определения этих понятий.)

Перед началом занятия прикрепляем эти листы на доску или стену так, чтобы на лицевой стороне были слова «толерантность», «интолерантность». После выступления участников поворачиваем листы другой стороной.

Процедура проведения

Ведущий делит участников на группы по 3–4 человека. Каждой группе предстоит выработать в результате «мозгового штурма» свое определение толерантности и интолерантности.

В определения понятий участники должны включить то, что, по их мнению, является сущностью «толерантности» и «интолерантности» (определение должно быть четким и емким). После обсуждения представитель от каждой группы знакомит с выработанным определением всех участников. После окончания обсуждения в группах каждое определение выписывается на доске или на большом листе ватмана. После того, как группы представят свои формулировки, ведущий поворачивает заранее заготовленные определения «лицом к аудитории» для того, чтобы участники имели возможность ознакомиться с существующими определениями и высказать свое отношение к ним.

Обсуждение

Ведущий задает вопросы:

1. Что отличает каждое определение?

2. Есть ли что-то, что объединяет какие-то из предложенных определений?

3. Какое определение наиболее удачно?

4. Можно ли дать одно определение понятиям «толерантность», «интолерантность»?

В процессе обсуждения обращается внимание на следующие моменты:

1. Понятия «толерантность» и «интолерантность» имеют множество сторон.

2. Каждое из определений выявляет какие-то грани «толерантности», «интолерантности».

V. Рефлексия занятия

1) Некоторые школьники впервые познакомились с понятиями «толерантность» и «интолерантность», поэтому важно выяснить, какие из определений этих понятий вызвали у них наибольший отклик; представляется ли им тема толерантности и интолерантности актуальной и, если да, то почему.

2) Работа над анкетой «Как жить в мире и согласии с собой и другими?» является мотивационной установкой (подведение к проблеме).

АНКЕТА

1. Что приводит к конфликтам с другими людьми?
2. Что приводит к внутреннему конфликту, т. е. недовольству самим собой?
3. Почему в школьных классах не любят новичков?
4. Согласны ли вы с тем, что конфликт вызывается нашими привязанностями к чему-либо или к кому-либо?
5. Что такое любовь к людям? В чем она проявляется?
6. Что такое любовь к самому себе?
7. Как можно предупредить конфликт?
8. Нужны ли людям конфликты в жизни?

Занятие 2

Цели:

1) продолжение работы с определениями толерантности;

2) развитие навыков работы в группе.

Ход занятия

I. Разминка

Упражнение «Общий ритм»

Цель: повышение сплоченности группы.

Процедура проведения

Участники стоят в кругу. Ведущий несколько раз хлопает в ладоши с определенной скоростью, задавая ритм, который группа должна поддерживать следующим образом: стоящий справа от ведущего участник делает один хлопок, за ним – следующий и т. д. Должно создаваться ощущение, будто в заданном ритме хлопает один человек, а не вся группа по очереди.

Это упражнение редко удается с первого раза. После нескольких пробных кругов из игры постепенно выбывают участники, нарушающие общий ритм.

Модификация упражнения: ведущий отбивает в ладоши какую-нибудь несложную музыкальную фразу. Затем каждый по очереди ее повторяет (возможно одновременное отбивание ритма всей группой).

II. Основное содержание занятия

Упражнение «Пантомима толерантности и интолерантности»

Цель: подготовка к изготовлению эмблемы толерантности.

Материалы: написанные на отдельных листах бумаги несколько определений толерантности; все, что может пригодиться для пантомимы: моток веревки, лента, принадлежности для рисования.

Процедура проведения

Все участники разбиваются на подгруппы по 3–5 человек. Каждая подгруппа получает одно из определений толерантности, вывешенных на доске. Задача состоит в том, чтобы пантомимически изобразить это определение таким образом, чтобы остальные участники догадались, о каком именно определении идет речь. Время на подготовку пантомимы – 5 минут.

Обсуждение

Ведущий пантомимы задает следующие вопросы:

1) Какая пантомима была наиболее однозначной и не вызвала затруднений при угадывании?

2) С какими затруднениями столкнулись группы в процессе придумывания пантомимы?

Упражнение «Лукошко»

Це ли:

1) работа с понятиями «толерантность» при помощи ассоциативного ряда;

2) развитие фантазии, творческого мышления.

Материалы: лукошко или пакет с мелкими предметами (например, игрушками из киндер-сюрпризов, значками и т. п.). Количество предметов должно превышать количество участников группы.

Процедура проведения

Ведущий проходит по кругу с лукошком, в котором находятся различные мелкие предметы. Участники, не заглядывая в лукошко, берут какой-то один предмет. Когда все готовы, ведущий предлагает каждому найти какую-нибудь связь между этим предметом и понятием толерантность или интолерантность.

Рассказ начинает участник, первый получивший игрушку. Например: «Мне достался мячик. Он напоминает мне земной шар. Думаю, что толерантность должна быть распространена по всему миру». Или «Мне досталась фигурка льва. Она напоминает мне об агрессивности. Думаю, что интолерантность должна быть изжита по всему миру».

III. Рефлексия занятия

Что нового вы узнали о понятии «толерантность» по сравнению с предыдущим занятием?

Какие стороны и аспекты толерантности и интолерантности в наибольшей степени характеризуют эти понятия?

Занятие 3

Толерантная личность

Цели:

1) завершение работы над первым блоком занятий;

2) показать черты толерантной личности;

3) выяснить, чем отличается толерантная личность от интолерантной;

4) толерантность к себе и другим, толерантное общение;

5) создание эмблемы толерантности;

6) развитие фантазии, развитие экспрессивных способов самовыражения, умение четко выражать свою мысль.

I. Разминка

Игра «Солнце светит для тех, кто…»

Цель: развитие чувства сплоченности.

Процедура проведения

Группа садится в кружок, один из участников убирает свой стул, ставит его в стороне, а сам становится на середину круга.

Цель стоящего в центре – снова получить стул, на который можно сесть.

Человек в центре круга рассказывает что-нибудь о себе. Если сказанное справедливо по отношению к кому-либо из игроков, то он (или она) встает и меняется местами с говорившим.

Речь каждого выступающего начинается одной и той же фразой: «Солнце светит для каждого, кто…». Игра может начинаться с описания внешних атрибутов: «Солнце светит для каждого, кто носит голубые джинсы». Со временем игра может персонифицироваться, и тогда называются индивидуальные пристрастия и антипатии («Солнце светит для каждого, кто любит море, терпеть не может курильщиков, … любит апельсины)» и т. д. Хорошо, если члены группы вспомнят как о сильных, так и о слабых сторонах человеческого характера, пристрастиях, недостатках, успехах, неудачах, о толерантности и интолерантности…

Игра продолжается до тех пор, пока члены группы сохраняют активность. Эта игра дает возможность получить в сжатые сроки информацию, которая потом может быть переработана.

Обсуждение игры

1) Что стало для меня неожиданностью?

2) Чувствую ли я, что нашел достаточно «родственных душ»?

3) Радует ли меня, что между нами так много общего?

Игра «Передача ритма»

Группа усаживается в тесный кружок на полу или на стульях.

Участники легко держат друг друга за руки.

Каждый один раз сжимает руку своего соседа справа.

Теперь скажем игрокам: «Сжатые руки – сигнал, который мы будем использовать в игре. Игра начинается, когда я пожму руку своего соседа справа. Когда он почувствует пожатие, то должен передать его направо своему соседу. Так рукопожатие проходит слева направо по кругу, пока не вернется ко мне. В первый раз мы можем работать совсем медленно и спокойно. Вы можете не торопиться передавать рукопожатие дальше».

Когда первый раунд завершен, можно предложить участникам закрыть глаза и играть так дальше. От раунда к раунду предлагаем ускорять темп игры.

В заключение участники должны сильно сжать руки соседям и потом открыть глаза.

II. Основное содержание занятия

Упражнение «Эмблема толерантности», создание «Кодекса жизни толерантного человека»

Это заключительная часть работы блока «Толерантность и интолерантность».

Цель: развитие фантазии, умения четко излагать свою мысль; экспрессивность способов самовыражения.

Материалы: бумага, цветные карандаши, фломастеры, маркеры, ножницы, скотч.

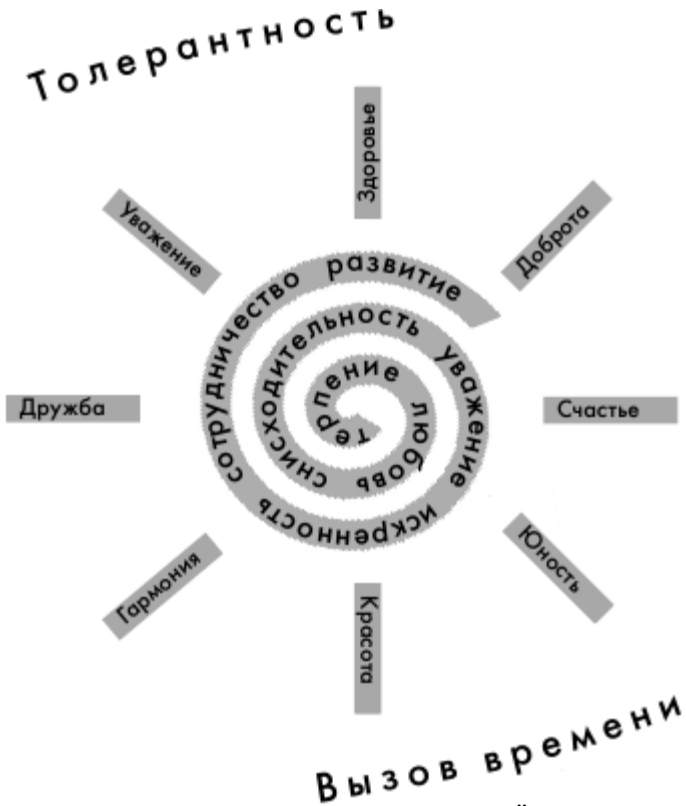
Правила проведения

Учащиеся делятся на две группы: «художники» и «политики». Ведущий говорит, что на предыдущих этапах они выработали собственные определения толерантности и ознакомились с уже существующими. (Обсуждение ранее проходило на интеллектуальном, абстрактном уровне. Следующие упражнения позволят подойти к этим понятиям с другой стороны – практической.) Участникам группы «политиков» предстоит создать «Кодекс», участникам группы «художников» – эмблему толерантности.

После завершения работы участники представляют рисунки, обсуждают их композицию, «художники» должны выдвинуть лозунг, который бы отражал сущность их эмблем. Затем «политики» знакомят присутствующих с «Кодексом жизни толерантного человека» и группа обсуждает, принимает решение взять или нет его за основу презентации (см. Приложения 1.3 и 1.4).

Большинством голосов принимается решение.

Второй блок занятий «Конфликты и их разрешения»



СОДЕРЖАНИЕ ВТОРОГО БЛОКА ЗАНЯТИЙ

№ п/п	Тема	Цели
1.	Конфликты и их разрешение	1. Способствовать становлению нравственной и духовно сильной личности, готовой решать свои проблемы и отвечать за собственный выбор. 2. Умение мирно разрешать проблемы, породившие конфликт. 3. Анкетирование участников проекта «Можно ли жить в мире и согласии с собой и другими людьми?»
2.	Стадии развития конфликта	1. Выявление отношения участников проекта к конфликту. 2. Анализ анкет «Можно ли жить в мире и согласии с собой и другими людьми?» 3. Разбор конфликтной ситуации с обеих сторон. 4. Показать варианты конструктивного преодоления неоднозначных ситуаций
3.	Разновидности конфликтов	1. Развивать умение помочь человеку во внутриличностном конфликте. 2. Показать выход из межличностного конфликта. 3. Разрешение межгруппового конфликта
4.	Пошаговое разрешение конфликта	1. Дать алгоритм разрешения проблем. 2. Работа над первым шагом к разрешению конфликта «Не поддаться эмоциям». 3. Показать, что способствует в конфликте разрядке эмоций
5.	Пошаговое разрешение конфликта	1. Работа над вторым шагом. «Определить причину конфликта»: а) выяснить, что является предметом спора;

№ п/п	Тема	Цели
		б) показать участникам спора несоответствие способов, средств, путей реализации собственных ценностей, решение проблемы (каким образом ее решить). 2. Сравнение потенциалов сторон (уровень компетенции, физические возможности). 3. Упражнение «Карта конфликтов»
6.	Пошаговое разрешение конфликта	1. Работа над третьим шагом. «Постараться свести разрешение конфликта к компромиссу». 2. Показать, что лучшее разрешение конфликта — компромисс. 3. Краткий анализ процесса разрешения конфликта. 4. Игра «Медиация», целью которой является создание условий для достижения сторонами согласия
7.	Конфликтмежду педагогом и воспитанником	1. Доказать, что совместная деятельность сближает людей. 2. Реализовать метод «Послушать — сговориться — обсудить». 3. Задуматься над изменением своего отношения к происходящему, прислушаться к собственному состоянию в конфликтной ситуации
8.	Конфликты в семье	1. Установить причины конфликтов в семье. 2. Показать пути разрешения конфликта. 3. Предложить возможные варианты совместных мирных соглашений с родителями
9.	Подведение итогов работы над блоком «Конфликты и их разрешение»	1. Анализ работы по данной теме. 2. Повторное анкетирование. 3. Беседа с элементами диспута «Возможна ли жизнь без конфликтов?»

Знания о природе, причинах конфликтов, а также об умениях осознавать, формулировать и решать проблемы, породившие конфликт, помогут стимулировать социальное творчество личности и вырабатывать ответственность за собственный выбор и принимаемые решения.

Пользуясь знанием об управлении конфликтом, каждый участник проекта может иначе посмотреть на себя и других,

изменить свои отношения, успешно выйти из любой сложной жизненной ситуации и повысить качество жизни в семье и школе.

На первом занятии второго блока *«Конфликты и их разрешение»* рекомендуется во время **разминки** выполнить следующее упражнение: на бумаге написать слово «конфликт» и несколько слов-ассоциаций с ним. Затем проанализировать. Ассоциативный ряд вызывает много эмоций, называет личностно значимые ценности, демонстрирует энергию агрессии или беспомощности, тревоги. Такая работа позволяет школьникам сделать вывод: именно так человек воспринимает жизненное препятствие, называемое конфликтом.

В **основной части** необходимо обратить внимание на этимологию слова «конфликт». Латинское conflictus означает столкновение. **Конфликт** – это столкновение противоположных интересов, позиций, ценностей двух или более сторон в решении проблемы, личностно значимой для участников конфликта.

Уместно на этом занятии проиграть **ситуацию-пробу «В лесу»**.

Двое заблудились в лесу. Когда они обменялись мнениями, то оказалось, что им нужно идти в противоположные стороны.

Задание: разрешить конфликтную ситуацию конструктивно.

Социально-приемлемые позиции: взаимоуважение, внимание к мнению партнера, разумность, доверие.

Затем проигрывается **ситуация-проба «Новое и старое»**.

Вы оказались в коллективе, который разбит на две конфликтующие группы: а) меньшинство, желающее внедрения нового, но это связано с дополнительными нагрузками; б) большинство, не поддерживающее какие-либо изменения (начальство тоже не хочет изменений). Какую сторону вы примете, что предпримете?

В результате дискуссии участники проекта могут не придти к единому мнению, считая, что социально-приемлемые позиции: новое – враг старого; большинство всегда право; будущее – за новым.

На **втором занятии** выделяются следующие стадии конфликта:

– *Недовольство*. Неосознаваемый конфликт на фоне видимого благополучия.

– *Разногласия*. Стороны определяют и формулируют друг другу свои позиции и интересы, их причины и начинают вырабатывать собственный план дальнейших действий.

– *Противоборство,* или *«сшибка»*. Острая стадия, на которой каждая из сторон максимально агрессивно стремится к победе.

– *Разрешение конфликта*. Для этого существуют только три

возможных способа действий: подавление, разъединение, примирение.

– *Угасание конфликта*. Наличие конфликта свидетельствует о некоем благополучии. Разрешенный конфликт способствует выявлению и преодолению неблагоприятных факторов, является средством развития участников конфликта (учит видеть интересы другого человека и уважать их, выражать свои интересы и уважать их).

Затем участникам проекта предлагается **упражнение «Вспомним ситуации»**.

Цель: осознать виды толерантности, проследить, как возникает конфликт.

Этапы игры:

I. В парах: вспомнить ситуации, когда вы чувствовали себя ущемленно или вам было обидно.

II. В парах: вспомнить ситуации, когда вы чувствовали себя некомфортно, наблюдая развитие конфликта.

III. В малых группах (по 3 человека) необходимо выписать проявления нарастания конфликта (противоборство).

IV. Каждая группа выбирает стадию развития конфликта и показывает в сценке или пантомиме. Остальные должны угадать и проанализировать, в чем это проявлялось (в словах, взглядах).

Выводы

Подобные ролевые игры воздействуют на чувства и взгляды подростков, они учатся видеть себя со стороны, размышляют по поводу возникновения конфликтов.

На **следующих занятиях** рассматриваются ***разновидности конфликта***: внутриличностный, межличностный, межгрупповой. Учащиеся заранее готовят сценки и показывают их участникам проекта. Например, девочка, одна в лицах разыгрывая диалог «Ссора с мамой», должна продемонстрировать, что обижена на маму, но все-таки понимает, что мама права, хотя самой хочется считать себя правой.

Большой интерес вызывает у учащихся пошаговое разрешение конфликтов, этому было посвящено три занятия. ***Задачей***, которая показывала ***первый шаг*** к разрешению конфликтов, являлось *умение не поддаваться эмоциям*.

Главным условием первого шага к разрешению конфликта является умение совладать с самим собой.

Учащиеся сами называют, что первым шагом в разрешении конфликта может быть юмор, временный разрыв, нежность. Рекомендуем коллективно разработать и провести **упражнение «Выход чувств»**, когда конфликтующей стороне позволяется так долго жаловаться на оппонентов, как долго они этого захотят и

смогут. Во время слушания необходимо поддерживать этих людей эмоционально, не перебивать. Когда человек выговорится, «выплеснет» накопившиеся эмоции, он готов будет услышать разумные доводы.

Педагогу следует постоянно обращать свое внимание на умение подростков различать конфликт и стычку.

Второе занятие по теме *«Конфликты и их разрешение»* посвящается ***второму шагу*** «Определить причину конфликта».

Занятие начинается с разминки: учащиеся делятся на группы, они должны разыграть сценку, после показа которой определяют, что на самом деле является предметом их спора:

– Столкновение целей, ценностей, интересов («Зачем мы воюем?», «Ради чего?»);

– Несоответствие способов, средств путей реализации собственных ценностей и решения проблемы («Каким образом?»);

– Сравнение потенциальных сторон (уровень компетенции, набор знаний и навыков, физические возможности»);

– Конфликт правил взаимодействия.

Основное содержание занятия

Упражнение «Карта конфликтов»

Цель: определить смысл разногласий, обращение к миру образов.

Процедура проведения

Удобно сесть, расслабиться, дышать животом, вспомнить одноклассника или друга, с которым у вас есть или недавно был конфликт. Подумать о себе и своем оппоненте как о жителях двух соседних территорий или двух стран. Представить эти территории (или страны) как можно детальнее, в красках и звуках: ландшафт, растительность, животные и люди (на каких языках они говорят, как выглядят).

– Чем эти территории похожи и чем отличаются?

– Есть ли между ними граница и что она собой представляет?

– Как люди общаются друг с другом и где?

После того, как картина нарисована в воображении, ее надо с помощью карандашей перенести на бумагу.

Затем следует анализ рисунков, а потом можно постараться сформулировать способы преодоления разногласий между территориями и нарисовать картину их бесконфликтного существования.

Третье занятие второго блока посвящается ***третьему шагу «Постараться свести разрешение конфликта к компромиссу»***.

Лучшее разрешение конфликта – компромисс. По-латински compromissum – соглашение, достигнутое путем взаимных уступок. Если у участников конфликта не хватит собственных

ресурсов для принятия компромиссного решения, привлекаются внешние силы, так называемые третьи лица, нейтральные участники или посредники. В современном обществе существуют три юридически возможные формы участия третьей стороны: суд, арбитраж, медиация.

Проводится **игра «Медиация»** (см. Приложение 2.1).

Цель: показать, что медиация – процедура, позволяющая конфликтующим сторонам самостоятельно выработать решение. Задачей посредника-медиатора является не предоставление готового решения, а создание условий для достижения сторонами согласия.

Если возник конфликт между *педагогом и воспитанником* и педагог имеет собственные ресурсы для его преодоления, то помогут следующие установки:

• безоценочное принятие воспитанника;

• презумпция невиновности;

• аванс доверия;

• объективная оценка деятельности ребенка;

• похвала за конкретные достижения, выражение недовольства конкретным поступком;

• хвалить больше, чем ругать;

• совместная деятельность сближает.

Корпоративная мотивация, в частности на уроках, приводит к более высоким результатам, чем конкурентная. Например, **метод *«Послушать –* > *сговориться –* > *обсудить»*** заключается в том, что педагог задает вопрос, предлагает каждому учащемуся продумать свой ответ, сказать ответ соседу по парте и, после согласования с ним, высказать общее мнение двоих, предложить его всему классу для обсуждения.

Преодоление конфликта может заключаться и в работе педагога с самим собой.

Цель этой работы – изменить свое отношение к происходящему, прислушаться к собственному состоянию в конфликтной ситуации.

Результатом этой работы может стать письмо детей к педагогам: ***«Открытое письмо детей взрослым», «Открытое письмо гиперактивных и агрессивных детей учителям»***. Приведем возможные варианты таких писем.

ОТКРЫТОЕ ПИСЬМО ДЕТЕЙ ВЗРОСЛЫМ

(формулировки приведены без редакции учителя)

Мы хотим!

1. Чтобы нам не делали постоянные замечания.

2. Знать, почему вам можно кричать, а нам – нет.

3. Знать, почему вы всегда считаете виноватыми нас, а не

других.

4. Делать то, что хочется нам, а не вам.

5. Чтобы вы нас научили справляться с гневом.

6. Любите нас, ну, пожалуйста, а то ведь нас и так никто не любит!

ОТКРЫТОЕ ПИСЬМО ГИПЕРАКТИВНЫХ И АГРЕССИВНЫХ ДЕТЕЙ УЧИТЕЛЯМ

(формулировки приведены без редакции учителя)

Дорогие учителя! Чтобы вам легче было с нами жить, а мы вас любили:

1. Не загружайте нас скучной и нудной работой. Больше жизни! Больше динамики! Мы все можем!

2. Не нужно читать нам длинных инструкций! На 15-м слове нас больше интересует, какого цвета у вас носки, чем ваша поучительная речь.

3. Говорите мало и понятно, по делу, не более 10 слов.

4. Не требуйте от нас, чтобы мы были одновременно внимательными, аккуратными и усидчивыми. Это выше наших сил!

5. Помните, что похвала и порицание действуют на нас сильнее, чем на других!

Конфликты в семье, как правило, переживаются наиболее глубоко, сопровождаются утратой здоровья, добрых отношений и даже потерей любви.

Конфликт – результат нашего несовершенства. Это предостережение: остановись, осмысли, что происходит.

Этому мы посвятили **четвертое занятие**, которое так и называется ***«Ценностные конфликты в семье»***. Желание уйти от конфликта превращается в медленное самоубийство, когда жить не хочется. Уничтожается жизненный стержень – активность личности в самореализации, в самоутверждении.

Чему же мы учим своих детей? Сотрудничеству и согласию, умению жить с другими в мире, выявлять семейные ценности, следовать им. Не навязывать личные ценности, которые, возможно, важны, но еще не осознаны и не приняты семьей как ценности. Умению отказываться от конфликтов, которые создают напряженность и вызывают у других раздражение, то есть умению управлять собой, не разрушая себя, других и семью как целое.

Жизнь в семье – постоянное движение по пути совершенствования, то социальное творчество, которое приводит не только к улучшению отношений и личностному росту каждого члена, в каком бы возрасте он ни находился, но и к улучшению качества жизни самой семьи и того сообщества, в которое она входит. В семье складывается тот уклад жизни, который влияет

на способ жить других людей, их взаимодействие, и ценностью становится позиция «Моя семья – это мое все».

Итогом разговора с учащимися о ценностных конфликтах в семье должна стать совместная работа родителей и детей «Ценности нашей семьи». Девиз: «Мы любим друг друга, мы – одна семья». Результатом этой работы должно стать создание **«Правил нашей жизни в семье»** (см. Приложение 2.2).

Выводы

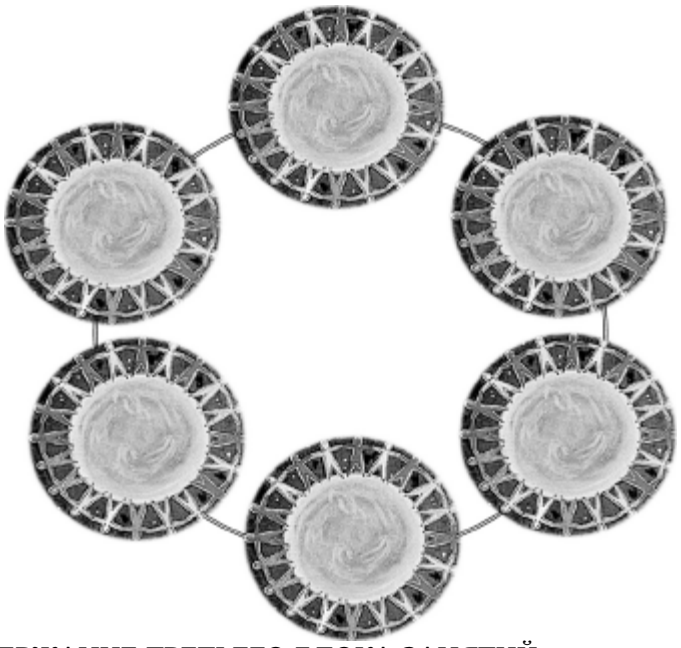
После выполнения работы по теме «Конфликты и их разрешение» проводится повторное анкетирование для того, чтобы выявить, изменились ли у учащихся формулировки понятия «конфликт», задумались ли подростки над теми проблемами, которые решались в ходе занятий.

Завершает занятие **беседа** с элементами диспута:

1. Нужны ли конфликты? Можно ли их изжить?
2. Как соотносится конфликт и толерантность?
3. Согласны ли вы с утверждением: «Конфликты – путь к решению проблем, движение вперед»?

Итогом работы должно стать общее мнение, что конфликты возникают из-за неумения общаться.

Третий блок занятий «Умеем ли мы общаться?»



СОДЕРЖАНИЕ ТРЕТЬЕГО БЛОКА ЗАНЯТИЙ

№ п/п	Тема	Цели
1.	Умеем ли мы общаться? Секреты общения	1. Секреты общения. 2. Познакомить учащихся с особенностями речевого общения (вербальные и невербальные средства общения). 3. Показать психологические позиции и установки в общении. 4. Коммуникативные игры
2.	Цветок человеколюбия	1. Вспомнить об основных нравственных нормах в поведении человека. 2. Обосновать проявление нравственности в чувствах, сознании, способностях. 3. Построение «Цветка человеколюбия»
3.	Тренинг «Как надо общаться с людьми»	1. Подведение итога по теме «Умеем ли мы общаться?» 2. Провести коммуникативные игры: «Приветствие — ключ к общению»; «Просьба»; «Отказ». 3. Упражнение-тест «Разговор по телефону». 4. Ситуация-проба «Общительность в действии». 5. Индивидуальные сообщения

Первое занятие называлось «Секреты общения». Общение – обмен информацией и эмоциями между людьми, группами является основным средством самоутверждения личности. Общение происходит по двум каналам: *словесному* (речевому, вербальному) и *эмоциональному* (невербальному). На вопрос: «Какие бывают особенности речевого общения?» – участники проекта отвечали, что в речевом общении важно умение говорить красиво, убедительно, ясно.

Для хорошего выступления ценна общая композиция, логика речи, которая украшается риторическими узорами и цветами красноречия. Недаром существует понятие «ораторское искусство». Речью можно воздействовать на людей.

В молодежной, подростковой среде часто преобладает примитивная речь, щедро сдобренная жаргонными и нецензурными с ловами. Примитивный стиль речи свидетельствует о личностной и социальной незрелости человека. Примитивный стиль общения задерживает, ограничивает дальнейшее развитие человека.

Второй канал общения – невербальный, дополняет вербальный. Но может играть и самостоятельную роль. Он

осуществляется мимикой, пантомимой, зрительным контактом.

Слушатели должны понять по выражению лица говорящего, что он убежден в том, что говорит, и доброжелателен по отношению к ним. Для этого рекомендуем провести управление «бессловесным общением». Просим сообщить какую-нибудь информацию группе с помощью невербальных средств, а группа должна перевести эту информацию в словесную форму.

Основное содержание занятия

Тренинг умений общаться

1. Произносите «Здравствуйте…» с оттенками интонации, выражающими: радость, страх, удивление, удовольствие, упрек, неудовольствие, достоинство, иронию, торжество.

А. С. Макаренко говорил, что он стал педагогом, когда научился произносить «нет» с сотней различных интонаций.

2. Прочитайте любой текст (например, «Однажды в студеную…»): шепотом; с максимальной громкостью; с пулеметной скоростью; со скоростью улитки; как будто вы страшно замерзли; как будто у вас во рту горячая картошка; как пятилетняя девочка; как робот.

3. Нахмурьтесь, как нахмуриваются: учитель, недовольный ответом ученика; король Лир; ребенок, у которого отняли игрушку; человек, желающий скрыть улыбку; Наполеон; родитель, открывший дневник сына.

4. Улыбнитесь, как улыбаются: Мона Лиза, леди Макбет, очень вежливый японец, собака своему хозяину, кот на солнышке, само солнышко, мать младенцу, младенец матери, пациент после посещения дантиста.

5. Посмотрите, как смотрят: влюбленные друг на друга; лисица, сидящая перед вороной с сыром; папа после родительского собрания; «мисс Россия»; мышка на кошку; удав на кролика; начальник на подчиненного.

6. Сядьте, как сидят: наседка на гнезде, орел на горной вершине, председатель экзаменационной комиссии, пчела на цветке, побитая собака, невеста на свадьбе, преступник на скамье подсудимых.

Тест «Умеете ли вы общаться по телефону?» (см. Приложение 3.1).

Ситуация-проба «В гостях»

Ваш новый знакомый пригласил вас в гости (на день рождения) в свою компанию, в составе которой есть ваши знакомые, незнакомые гости и два-три ваших недоброжелателя.

Задание. Продумайте и мысленно проиграйте детали своего вхождения в новую компанию: внешний вид, отношения со всеми группами ребят, такие, чтобы ваш приход вызвал положительные

эмоции компании.

В конце занятия предлагается вопрос: «Что значит быть коммуникативным?»

Учащиеся сделали **вывод**, перечислив социально-приемлемые позиции (адекватная оценка обстановки и себя, мобилизация коммуникативных качеств, избежание конфликта, верность своим принципам), когда умение общаться зависит от желания обеих сторон придти к единому мнению.

В заключение блока «Умеем ли мы общаться?» проводится занятие, которое называется «Цветок человеколюбия». *Стержнем разговора* служат слова Сенеки «Главное условие нравственности – это желание стать нравственным».

Вначале было проведено **упражнение-разминка «Разговор с чувствами»**.

Ведущий просит участников проекта сосредоточиться на своем внутреннем состоянии, обратиться к своим чувствам, прислушаться к ним, представить их зрительно. Спросите себя: «Что я чувствую сейчас, в этот момент? Каково мое отношение к себе, к окружающим, к родителям?»

Затем, приглашая ребят к разговору, им предлагают ответить на вопросы:

• Есть ли в этих отношениях любовь, добро, сострадание?

• Что значат для вас эти чувства?

• Что вы хотите изменить в этих чувствах?

Вывод: в чувствах по отношению к людям не должно быть зла, недоброжелательства, зависти, корысти, ненависти, и лишь добро, желание добра ближним и всем окружающим людям, радость за их успехи, бескорыстие, любовь.

Знание своих чувств позволяет научиться управлять ими таким образом, чтобы в каждом из нас расцвел прекрасный цветок – цветок человеколюбия, который определяет наличие нравственных чувств личности, ее утверждение в нравственной сфере.

Нравственное в обществе (общественная мораль) существует в виде общечеловеческих ценностей, принципов, идеалов, критериев добра и зла (например, свободы, равенства, неприкосновенности жизни человека, уважения чужих прав, гуманности, справедливости).

Нравственность в человеке (нравственные нормы) проявляется:

– в нравственных чувствах, выражающих отношение человека к окружающим жизненным явлениям (хорошо-плохо, справедливо-несправедливо, чувство совести, стыда, человеколюбия, веры); нравственное чувство говорит каждому из

нас: «Ты еще не стал тем, кем ты должен быть, ты должен быть другим»;

– в нравственном сознании, представляющем сознательную оценку окружающего на основе личных убеждений, мотивов и мировоззренческих установок (честность, долг, честь, достоинство); это требование, которое человек предъявляет самому себе;

– в нравственном поведении – соответствии действий и поступков личности нравственным нормам; нравственный долг заставляет нас быть благодарными, заботиться о ближних, защищать Родину.

Основное содержание нравственности – утверждение человеческого в человеке. Как известно, в жизни много соблазнов, искушений (взять чужое, отведать запретное и др.). Важно, чтобы человек сохранял в своей душе идеалы добра и справедливости, не поддавался соблазнам, иначе неизбежны духовное падение и нравственная гибель.

Нравственность (мораль) является охранительницей общественного порядка, общественной дисциплины, она дает человеку точку отсчета, общий жизненный ориентир.

Подобно интеллектуальным и этическим способностям, имеющимся у каждого человека, *нравственные способности* могут быть развиты, а могут быть подавлены.

Участники проекта предлагают свои пути развития нравственных способностей, приводят примеры подавления этих чувств.

Нравственное самовоспитание – это укрепление в себе высоких нравственных качеств, способностей. Растить в себе духовную силу, подниматься над тем, что есть вы сами и окружающее вас. Для этого нужны и желание, и воля, и терпимость (мужество).

Вывод

Высший смысл истории и личностного существования может быть сведен только к тому цветку человеколюбия, в котором расцветают, соединяясь, все нравственные качества человека.

Практическая часть

Постройте красивейший из цветков цивилизации – «цветок человеколюбия» (см. Приложение 3.2).

Выводы

Что значит человеколюбие?

Ответы

Счастье, свобода, мир, верность, уважение, справедливость, чувства любви, совести, веры, терпимость, благодарность, забота, честность, честь, долг, достоинство – это все и есть утверждение

человеческого в человеке, человеколюбия.

Заключительное занятие по данному блоку проходит по следующей схеме:

Проведение коммуникативных игр:

1. «Уличное знакомство» (см. Приложение 3.3);
2. «Просьба» (см. Приложение 3.4);
3. «Отказ» (см. Приложение 3.5);
4. Ситуация-проба «Общительность в действии» (см. Приложение 3.6).

Учащиеся, прослушав индивидуальные сообщения, должны сделать вывод, какому виду общения люди должны учиться.

Общение как вид деятельности

Общение – важнейший вид детской деятельности. Удаленные от общения или люди с искаженным общением плохо себя чувствуют в жизни. Важно определить, с кем надлежит общаться ребенку. Это тем более важно, что общение требует предварительного научения или научения в процессе общения.

Есть два пути общения: путь пассивного отражения происходящего, когда человек не хочет или не может активно реагировать на происходящее, вмешиваться в события, пытаясь влиять, изменять, вы страивать другие новые отношения.

И есть путь, основанный на заинтересованном познании, различении, понимании происходящего, желании и способности активно взаимодействовать с другими.

Все это предполагает использование неких устойчивых и в то же время саморазвивающихся представлений, норм, ценностей, правил, то есть развивающейся социально позитивной этики.

И, наконец, можно жить в «свободном падении», когда общение не носит целенаправленного характера и естественным образом возникает некая взаимная деятельность, взаимные представления о происходящем, и тогда человек очень сильно зависит от фигур, случайно его окружающих, и случаев, предлагаемых ему судьбой.

Значимо, когда другие люди способствуют и организовывают общение учащихся, учат их этому общению ненавязчиво, в игре, в деятельности, помогают каждому найти себя в обществе, стать лидером в каком-либо направлении, выращивают ребенка так, чтобы он умел и хотел вступать в диалог и в то же время был готов к разумным компромиссам, жил в толерантности, как в культуре, без которой достигнуть самовозвышения и признания права для себя и для другого человека на счастье, успех – нельзя.

Человеку просто необходимо научиться общению с самим собой и с другими людьми, нужно научиться общаться с природой, искусством, литературой, техникой, наукой.

Общение делится на *бытовое* и *продуктивно-деятельностное*.

Бытовое

Это общение без ответственности, любопытствующе безразличное, основанное на привычных встречах, словах, процедурах. Зачастую бытовое общение – это некое функционирование без цели, без устойчивых интересов, без будущего. Такое функционирование до вольно быстро приводит его участников к деградации, или, правильнее, к асоциальному существованию. Это общение непланируемое, непредвзятое, почти всегда связанное с фразой «от нечего делать» и за ним стоит только один сильный мотив: с кем-то же нужно общаться. Подвалы, чердаки, лестницы, улица, пустые глаза, непредсказуемость поведения, способность глазеть и участвовать в любом событии, не требующем усилий души, упорства, целенаправленности. Суррогатом такого общения являются многочасовые пустословные разговоры по телефону.

Продуктивно-деятельностное общение

Общение, построенное на совместном деятельном интересе, когда объединяет стремление к выстроенной, осознанной и признанной цели, когда выбранное дело чрезвычайно интересно, когда высвечиваются и признаются в сообществе достоинства каждого, когда в основе уважения лежит признание умений, воля, готовность помочь.

Умение жить и действовать в общежитии и быть привлекательным и терпимым.

Прослушав индивидуальные сообщения, участники проекта высказывают свое мнение по поводу подобранного материала. Следует отметить отсутствие того, что является одним из главнейших правил общения – это формы общения.

Выводы учащихся о роли общения в жизни людей:

1. Чем выше словарный запас человека, тем больше он знает, тем он интереснее для окружающих, тем легче ему выразить свои мысли, осознать свои чувства, легче понять себя и других.

2. Деликатность, тактичность в обращении с людьми – одно из главнейших правил общения.

3. Отличная форма общения – нежность. Как часто мы огорчаем своим невниманием, грубостью самых дорогих нам людей, когда находим резкие, обидные слова. «Слово – не воробей», – успокаиваем мы себя. Но это не так. Летучее устное слово, бывает, тяжелым камнем ложится на сердце. А доброе слово, сказанное вовремя, продлевает жизнь.

4. Общение с людьми формирует жизненный план человека и осознанный личный идеал, сравнение с которым вызывает

стремление к самосовершенствованию.

Четвертый блок занятий «Утверждай себя»

СОДЕРЖАНИЕ ЧЕТВЕРТОГО БЛОКА ЗАНЯТИЙ

№ п/п	Тема	Цели
1.	Утверждай себя	1. Познакомить с понятием, что такое самоутверждение: а) потребность в самовыражении; б) потребность в защищенности; в) потребность в самоутверждении; г) инстинкт жизни. 2. Позиции самоутверждения
2.	Механизм самоутверждения	1. Показать кольцо обратной связи самоутверждения. 2. Провести мини-дискуссию «Каким образом удовлетворить свои потребности в самоутверждении?» 3. Показать сферы самоутверждения. 4. Сформулировать с учащимися позиции самоутверждения (упражнения: «формирование позиции», «самооценка умений самоутверждения»)
3.	Самоутверждение в нравственной сфере	1. Помочь учащимся понять свою нравственную основу. 2. Провести упражнение-игру «Команда моих субличностей». 3. Самодиагностика нравственных позиций. 4. Ситуация-проба «Что делать с плохим человеком?»
4.	Как жить в мире с собой?	1. Определить свои нравственные принципы. 2. Составление программы самоутверждения. 3. Определить свой тип личности в самоутверждении

№ п/п	Тема	Цели
5.	Конференция «Премия “Человек Мира”»	1. Сообщения учащихся о Кинге Мартине Лютере, о Ганди Мохандасе Карамчанде, об А. Д. Сахарове, о Матери Терезе. 2. Напутствие Матери Терезы. Как его понимать?
6.	Диспут «Как жить в мире и согласии с собой и другими»	1. Умение доказывать свои убеждения, взгляды. 2. Обратить внимание на культуру речи. 3. Обратить внимание учащихся на развитие качеств толерантной личности
8.	Подведение итогов занятий по теме «Как жить в мире и согласии с собой и другими»	1. Анализ итогов работы по теме. 2. Отчет о работе авторов проекта « Как жить в мире и согласии с собой и другими». 3. Подведение итогов работы по проекту

Первое занятие посвящается самоутверждению личности.

Ведущий говорит о том, что трудно представить человека, который не мечтал бы о личном успехе, об исполнении желаний, о достижении каких-либо целей, об улучшении своей жизни, своего положения среди людей, в обществе.

Это стремление к более высоким результатам своей деятельности, стремление переживать успех, становиться в чем-то лучше, удачливее других, вызывать их внимание, одобрение, уважение, восхищение, любовь.

Все вышесказанное и составляет сущность *самоутверждения*.

Достигать своих целей – значит самоутверждаться. Это движение по ступенькам самоусовершенствования.

Самоутверждение связано с поиском себя (самопознанием), положительным изменением своих отдельных качеств

(самовоспитанием), развитием знаний, умений и навыков труда (пока учебного).

Самоутверждение – естественное для человека и ценное для общества качество.

В конечном счете ваш успех, ваши достижения являются и целью общества, так как его процветание и прогресс определяются достижениями и реализацией способностей каждого из его членов.

Важнейшим способом самоутверждения служит общение – взаимодействие с окружающими людьми.

Вопросы к участникам проекта

– Замечали ли вы за собой потребность выразить себя?

– В чем это проявлялось? В творчестве? В движении? В поведении?

– Вы поете, играете, пишете стихи, рисуете?

Затем проводится **упражнение «Дерево»** (самовыражение).

Почувствуйте себя деревом (выберите сами, каким) и представьте (выразите) себя в нескольких ситуациях:

а) дерево в ясную погоду;

б) дерево и слабый ветерок;

в) дерево и ураган;

г) дерево и шторм.

В каком случае вы почувствуете потребность в защищенности? Это желание быть под защитой – не чувствовать страха, избегать тревог, неудач, обид, потрясений. Эти потребности удовлетворяются, в частности, через ощущение эмоциональной близости, любви, симпатии, веры со стороны различных значимых людей и групп (родителей, друзей, учителей и др.).

Вопросы

– Хочется ли вам иногда прижаться к маме, к родному человеку?

– Чувствуете ли вы необходимость защиты от чего-либо или от кого-либо?

– Кто и что защищает вас?

Самой главной в подростковом возрасте становится потребность в самоутверждении в обществе. Оно выражается в стремлении получить признание, иметь в чем-то преимущество перед окружающими – быть сильнее, результативнее, умнее, удачливее. В этом нет ничего плохого, это является сутью нормального человеческого честолюбия.

При правильном развитии самоутверждение как соревнование, состязание с другими переходит в сравнение с самим собой, стремление быть сегодня лучше, чем вчера, быть довольным самим собой, уверенным в себе, своих силах и способностях, уважать самого себя.

Все эти потребности заставляют человека действовать, работать, учиться, радоваться, страдать, получать и отдавать. Они все вместе и составляют *инстинкт жизни*.

Вместе с участниками проекта составляем ***схему «Инстинкт жизни в человеке»*** (см. Приложение 4.1).

Вывод: ответ на вопрос, зачем человеку его многообразная деятельность, почему он к чему-то стремится, чему-то учится, что-то делает, чем-то увлекается, исследует, открывает, борется, побеждает, прост. Это – инстинкт жизни.

Упражнение «Закончите предложения»

• Охотнее всего в школе я встречаюсь с …
• Меньше всего в школе мне хотелось бы встречаться с …
• После школьных уроков я охотнее всего занимаюсь …
• В свободное время я больше всего интересуюсь …
• Мое любимое занятие дома …
• Со сверстниками мне интереснее всего потому, что …
• Мне нравятся такие люди …
• Мне нравятся телепередачи …
• Главным событием этого лета было …
• В жизни меня огорчает …
• В будущем я бы хотел от жизни …

После обсуждения данного упражнения учащиеся делают вывод: «Жить – значит действовать!»

На втором занятии блока *«Утверждай себя»* по теме «Механизм самоутверждения» следует говорить о том, что каждый человек имеет свои индивидуальные средства и способы самоутверждения, но общим для всех является стремление к признанию, к положительной оценке окружающих. Самоутверждение может быть представлено такими общими позициями: «Я имею успех»; «Я признан»; «Я имею влияние». Ничто так не способствует успеху, как уверенность в нем, но, с другой стороны, ничто так не предвещает неудачу, как заведомое ее ожидание.

Знакомство с кольцом самоутверждения

Для личности важна обстановка настоящего успеха, одобрения, поддержки, уважения, доброжелательности.

Представление личности о самой себе возникает на основе оценки окружающих. Переработка личностью мнения окружающих, сопоставление с уже имеющимся собственным опытом позволяют личности сознательно оценить себя, сделать самооценку.

Тест «Уровень самооценки» (см. Приложение 4.3)

– После работы над тестом проводится ситуация-проба «незваный гость».

Неожиданно к вам пришел приятель, и он не вписывается в круг друзей, с которыми вы сейчас проводите время. А вы так хотели отдохнуть среди близких людей.

Задания:

а) Ваша реакция на появление незваного гостя? Кто-то должен заставить его уйти? Если да, то кто и как?

б) Представьте себя в роли незваного гостя: что бы вы сделали, если бы вам очень хотелось присоединиться к этой компании?

При обсуждении этой ситуации необходимо направлять рассуждения участников проекта на социально-приемлемые позиции:

• терпение, выдержка;

• чувство такта;

• уважение по отношению к другому человеку;

• ориентировка на избежание конфликтов.

Участники высказывают свои мнения, обосновывая их.

Делается вывод об уважении к человеку, избежании конфликта.

Затем переходим к сферам самоутверждения:

• социальное самоутверждение (творческое самоутверждение);

• личностное самоутверждение (найти, завоевать свою любовь, создать крепкую и счастливую семью).

• нравственно-духовное самоутверждение (найти и сохранить нравственную основу, веру, смысл жизни.

Мини-дискуссия «Каким образом удовлетворить свои потребности в самоутверждении?»

Вопросы

• Делать все, что захочется?

• Намечать цель, искать способы и, наконец, наслаждаться успехом?

• Удовлетворяться тем, что есть, и не высовываться?

• Ждать случая, надеяться?

• Идти, презирая временные неудачи и поражения?

• Бороться и искать, найти и не сдаваться?

Затем речь идет о *позициях самоутверждения*.

1. *Верность своим принципам*, несмотря на противоположные мнения других.

2. *Сохранение уверенности*, несмотря на временные трудности.

3. *Умение подавлять свои эгоистические порывы*, понимание своих и чужих чувств.

4. *Соблюдение принятых социальных норм*, чуткое отношение к нуждам других.

5. *Уважение в каждом человеке личности*.

6. *Нахождение в окружающих людях хорошего*, вера в них, несмотря на их недостатки.

7. *Сопротивление отрицательным явлениям* (лени, агрессии, несправедливости).

8. *Нахождение удовлетворения, удовольствия* в самой разнообразной деятельности, включая общение с друзьями, творческое самовыражение.

После разговора о позициях самоутверждения проводится **упражнение «Формирование позиций»**.

Оцените уровень усвоения вами перечисленных позиций, «расставьте их по порядку» – от тех, которыми вы пользуетесь постоянно, до тех, которыми вы не руководствуетесь и не владеете. Следующий этап: выберите позиции, которыми вы не владеете, и сознательно вырабатываете их в своем повседневном поведении, каждый день, давая себе отчет, как это у вас получается. Выполняйте до тех пор, пока вы не почувствуете, что пользуетесь ими почти автоматически.

Затем каждому участнику проекта выдается листок с напечатанным **упражнением: «Самооценка умений самоутверждения»** (см. Приложение 4.4).

Участники проекта выполняют это упражнение индивидуально, делая свой вывод.

Третье занятие четвертого блока называется «Самоутверждение в нравственной сфере», или «В зеркале нравственности». Эпиграфом к занятию служат слова А. С. Пушкина «Суд людей презирать нетрудно, суд собственный – невозможно».

Самоутверждение в нравственной сфере – одна из важнейших ступеней личностного развития. Человеку необходимо осознание того, что он *правильно* живет, трудится, отдыхает. Без этой нравственной основы личность не обладает цельностью, является жертвой ситуации и, в конце концов, деградирует.

Понять свой внутренний нравственный мир поможет **упражнение-игра «Команда моих субличностей».**

1. Составьте список всех своих желаний, не задумываясь, записывая первое, что придет в голову. Чаще всего люди хотят не болеть, отдыхать, достичь успеха в работе (в учебе), обучиться чему-либо, заботиться о здоровье, перестать тревожиться и т. д. Желания могут относиться как к будущему, так и к настоящему.

2. Оцените свои желания с точки зрения нравственности (добрые-злые, честные-нечестные и т. д.).

3. Оставьте в списке пять-десять самых главных желаний, пересмотрите список и установите возможность объединения некоторых желаний в одно.

4. Рассмотрите каждое из желаний с точки зрения того, какие чувства оно у вас вызывает, что вы хотите сделать для того, чтобы его осуществить. Не спеша дайте каждому из них прозвище, например: «Умница», «Тиран», «Подлиза», «Взрослый» и т. д. Обозначьте их графически, для чего начертите окружность диаметром 15–20 см, сделайте окружность поменьше – центральная часть вашего «Я», а кругом те самые «плохие»

субличности.

5. Раскрасьте свое «Я» (внутренний круг) и рассмотрите изображения и названия субличностей. С ними можно вступить в мысленный разговор и, разговаривая, добиться их существенных изменений в себе.

Упражнение «Самодиагностика нравственных позиций»

Представьте, что у вас появилась уникальная возможность развить в себе такие нравственные качества, как доброжелательность, искренность, сопереживание, сила воли и т. д. Вам предлагают на выбор любое качество, однако только одно. Какое из них вы предпочтете? А теперь представьте, что стало возможным развить любое из этих качеств в других (друзьях, одноклассниках, учителях).

Какое качество вы предпочтете для них?

Свои решения вы можете отразить в **тесте «Изменить себя или других?»** (см. Приложение 4.5).

Коллективно вырабатываются рекомендации по нравственному самоутверждению.

В конце занятия проводится **ситуация-проба «Что делать с плохим человеком»**.

Вы терпеть не можете своего одноклассника. Он часто ябедничает, лезет не в свои дела, врет, подслушивает. Однажды вы, единственный, были свидетелем его дурного поступка (он стащил ручку у учителя).

Задание. Что бы вы сделали? – Никому не рассказали. Не рассказали бы, если бы ручка принадлежала кому-то из ваших товарищей. Обязательно рассказали бы учителю. Рассказали, если бы он украл что-то более серьезное. Попробовали поговорить с ним и убедить вернуть ее обратно. Потихоньку стащили бы у него ручку и подложили ее обратно учителю. Силой отобрали бы у него ручку (может, подрались бы с ним).

Четвертое занятие четвертого блока «Как жить в мире с самим собой?»

Мы рассмотрим идеалы нравственности, сложившиеся в веках. Общечеловеческие нравственные идеалы – это непреходящие ценности. Но в современном мире мы часто сталкиваемся с отрицательными явлениями. Поэтому следует готовить себя к пониманию сложности мира. Надо свои нравственные принципы сделать более гибкими в применении, закалить себя в плане психического и нравственного здоровья, повысить устойчивость к воздействию неблагоприятных факторов. Выполняем **упражнение «Юности честное зерцало»** (см. Приложение 4.6).

Данное исследование может повторяться вами и в

последующем времени. Вы можете выделить свои сильные и слабые стороны в нравственной сфере. Можете попросить значимых для вас людей (маму, папу, друга, учителя) оценить вас по этим же позициям, а затем сравнить результаты, добиться большей объективности мнения о своем нравственном облике.

Следующим этапом работы должно стать создание **Программы самоутверждения** (см. Приложение 4.7).

Этапы создания Программы самоутверждения:

– Контрольная анкета «самооценка умений самоутверждения»;

– Достижения, проблемы и резервы самоутверждения.

1. Цели и задачи Программы самоутверждения.

2. Составить правильно Программу самоутверждения – это прежде всего верно сформулировать цели программы.

ЦЕЛИ		
интересны привлекательны	**доступны и посильны**	**нужны не только вам, но и окружающим**
Если выбранная цель нравится, вы охотнее будете продвигаться к результату, повышать свои знания, стремиться к достижениям	Правильно определите свои возможности: способности, состояние здоровья, уровень знаний и умений	Определите, кому будет, кроме вас, хорошо от реализованной цели, усилите ли вы авторитет среди окружающих, кто из окружающих будет помощником на пути достижения цели

Ответьте на **вопросы** откровенно, подумайте:

• Действительно ли вы сами выбираете?

• Может, вашу программу в действительности составляют родители, которые хотят таким образом реализовать невоплощенную мечту?

• Может, вы равняетесь на друга или подругу, составляя эту программу?

Не делайте этих ошибок, программа ваша и только ваша, определите вначале свой личный план развития!

• Поставьте перед собой ясные цели.

• Определите, по каким признакам вы будете судить об успехе.

• Будьте довольны скромным прогрессом. «Большой дуб вырастет из маленького желудя».

• Помните, что своим развитием управляете вы сами.

• Не упускайте возможностей.

• Будьте готовы учиться у других.

• Учитесь на своих неудачах и ошибках.

• Открыто обсуждайте свои взгляды и принципы.

• Ставьте реальные сроки.

• Слова не должны расходиться с делами.

• Получайте удовольствие от своего развития.

Примерная Программа самоутверждения (см. Приложение 4.8).

1. Определи свой тип личности в самоутверждении (см. Приложение 4.9).

Вопрос

Поможет ли Программа самоутверждения жить в мире с собой и с другими?

Вот какие мы получили ***ответы***:

• Да, поможет, потому что Программа самоутверждения направлена на воспитание своего «Я». Человек может через самоутверждение придти к миру в своей душе. Если есть мир в своей душе, то он будет и в отношениях с другими людьми.

• Самоутверждение может состояться тогда, когда человек живет в мире с другими людьми.

• Самоутверждение – это путь к жизни без конфликтов. К умению общаться с людьми.

• Жизнь в согласии с другими, признание их значимости – это путь и к моему самоутверждению.

Пятое занятие прошло в форме «круглого стола».

Участники проекта сделали сообщения о людях, удостоенных премии «Человек мира» (см. Приложение 5.1).

Вывод по теме занятия:

Напутствие человечеству: «Толерантность – путь к миру».

Заключительное занятие проекта прошло в форме диспута «Как жить в мире с собой и другими».

Цели:

1) Проверить, как участники проекта усвоили понятия «толерантность», «интолерантность», «конфликт», «компромисс», «самоутверждение».

2) Выяснить, как участники проекта умеют доказывать свои взгляды, убеждения, умеют общаться.

3) Культура речи учащегося.

Вопросы для диспута

1. Толерантная личность и интолерантная личность. С кем бы вы хотели дружить и почему?

2. Существует ли толерантность по отношению к себе? Это положительная или отрицательная черта характера? Докажите свое мнение.

3. Как вы понимаете толерантность по отношению к другим?

4. Можно ли выражать свои чувства, переживания без конфликтов и насилия?

5. Какой способ выхода из конфликтной ситуации вы считаете наиболее конструктивным?

6. Конфликт способствует движению вперед? Докажите свою точку зрения.

7. Как жить в мире и согласии с собой и другими?

После диспута участники проекта написали свои сочинения «Как жить в мире и согласии с собой и другими» (см. Приложение 5.2).

Тестирование по реализации программы проводилось каждый месяц.

Цель: выявление толерантного отношения к окружающим людям.

Анкета № 1. Анкетирование проводилось в сентябре

1. Понимаешь ли ты самого себя?

2. Всегда ли ты бываешь хорошим?

3. Как понимаешь слова А. С. Пушкина «Учитесь властвовать собою!»?

4. Как понимаешь слова «Найти ключ к пониманию другого человека»?

5. Как понять выражение «Солнце светит всем»?

6. Легко ли быть не таким, как все?

7. Принимаешь ли ты бесконфликтное общение с людьми?

8. Если тебя обидели, надо ли «давать сдачи»?

9. Умеешь ли ты прощать обиды?

10. Как понимаешь слова «понять и простить»?

Анкета № 2. Анкетирование проводилось в октябре

1. В чем, по-твоему, заключается «ключ к пониманию другого человека»?

2. Как понимаешь выражение «все мы соседи»?

3. Как понимаешь слова «терпимое отношение к людям»?

4. Ведешь ли ты диалог с самим собой, если обидел кого-то?

5. Часто ли говоришь комплименты другим людям?

6. В чем заключается «премудрость общения» с людьми?

7. Что такое культура общения?

Анкета № 3. Анкетирование проводилось в ноябре

1. Существуют ли проблемы национального взаимодействия?

2. В чем они заключаются?

3. Можно ли разрешить эти проблемы?

4. Как понять выражение «Велика святорусская земля, а везде солнышко»?

5. Как ты понимаешь слова «жизнь дана на добрые дела»?

6. Делаешь ли сам(а) добрые дела? Какие?

7. Согласен ли ты со словами: «Где ни тронешь Россию – всюду рана»?

8. Что является основой благоприятного общения?

9. Нужно ли людям «общение без границ»?

Анкета № 4. Анкетирование проводилось в декабре

1. Существует ли «культура мира»?

2. Есть ли грани сходства между людьми разных национальностей?

3. Как понимаешь слова «человек создающий» или «человек разрушающий»?

4. К какому типу людей ты относишь себя? Почему?

5. Как ты понимаешь выражение «жизнь дана на добрые дела»? Согласен ли ты с ним?

6. Можешь ли ты подойти к новичку в классе и, зная, как ему нелегко, предложить: «Давай вместе дружить»?

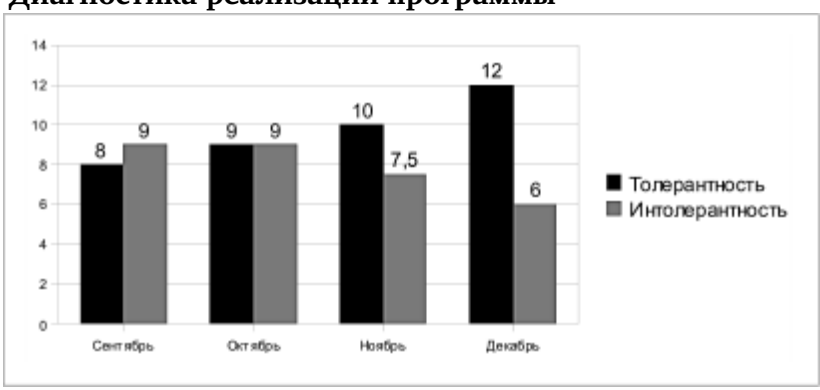
7. Можешь ли ты найти ключ к пониманию другого человека? Каким образом?

8. Назови основы бесконфликтного общения.

9. Объясни выражение «менталитет – зеркало нации». 10. Считаешь ли ты себя толерантным человеком? Почему?

Результаты тестирования отражены в диаграмме.

Диагностика реализации программы



Заключение
«Все разные – все равные»

Работа над темой на этом не закончилась, а получила неожиданное продолжение.

В 6 А классе, который является подшефным у 8 В класса, дети попросили помощи поставить спектакль по сказке С. Маршака «Двенадцать месяцев» для учащихся начальной школы.

Восьмиклассники согласились, и когда стали репетировать роли, то у актеров возникли вопросы, почему королеву нельзя играть злой, почему роль солдата «миротворческая», почему надо пожалеть мачеху и дочку, а профессор такой смешной, он не отстаивает свою точку зрения, а его надо показать таким, чтобы зрители его пожалели.

После споров о ролях участники проекта предложили провести в этом классе диспут по пьесе С. Маршака «Двенадцать месяцев». Но сначала провели занятие о толерантности и интолерантности. Оно прошло очень оживленно, шестиклассники приводили примеры из жизни, говорили о своих друзьях, знакомых.

На следующий классный час восьмиклассники предложили вопросы для диспута, над которыми предлагалось поразмыслить дома.

Вот эти ***вопросы:***

1) Кто является в сказке «Двенадцать месяцев» толерантной личностью?

2) Кто в сказке выступает как интолерантная личность?

3) Умеет ли королева общаться с подчиненными? Как вы оцените ее способ общения с людьми?

4) Какие взаимоотношения между матерью и дочерью? Как они относятся к падчерице?

5) Попробуйте составить текст обращения к королеве, к матери с дочерью, чтобы научить их жить в мире и согласии с

людьми.

6) Что вы можете сказать о профессоре? Достоин ли он уважения?

7) Кто из персонажей сказки живет в мире и согласии с самим собой?

8) Чему учит эта сказка?

Разговор получился оживленным. Дети бурно доказывали свою точку зрения. Иногда восьмиклассники свое мнение пытались навязать, но шестиклассники более доказательно отстаивали свои взгляды.

Они и цитаты из текста приводили, так как знали его лучше. Самым толерантным человеком в сказке был признан солдат.

Ценность этого разговора заключалась в том, что, отстаивая свою точку зрения, все пытались говорить логично, доказательно, т. е. соблюдали правила общения. Вывод о том, чему учит сказка, сделали почти единогласно: надо уметь понимать людей, выслушивать их, разумно принимать решения, жить со всеми в любви и согласии: удивило, как бойко шестиклассники употребляли слова «толерантность» и «интолерантность». Говоря о том, что чем меньше будет конфликтов, тем больше в мире будет добра, солнца, мы всегда будем радоваться друг другу. В заключение работы были даны так называемые рекомендации жизни королеве, падчерице, дочери и мачехе, профессору.

Рекомендация королеве

> Ваше Высочество! Если Вы хотите, что бы Ваше королевство процветало, то, пожалуйста, поработайте над своим характером, своими взглядами на жизнь. Королевство будет авторитетным в мире, если у власти стоит просвещенный монарх. Просвещение поможет Вам быть мудрой. Учитесь наукам, учитесь общаться с людьми, учитесь доброте, толерантности. Вы очень хотите самоутвердиться в своем королевстве, для этого все вышеперечисленные качества Вам надо воспитать в себе! Успехов Вам!
>
> *Тамерлан Х.*

Рекомендация профессору

> Уважаемый профессор! Вы очень образованный человек, в королевстве, наверное, нет Вам равных! Смелее отстаивайте свои взгляды! Вы же мудрый человек, только Вы можете достойно воспитать королеву, а значит, и жить все в королевстве будут счастливо!

С уважением, Герман П.

Рекомендация мачехе и ее дочери

Постарайтесь в жизни никому не завидовать, любить не только себя, но и окружающий мир. Вас превратили в собак, так как вы все время ругались и с людьми, и между собой. Может, это наказание поможет вам посмотреть на мир по-другому, и вы будете достойны возвращения к людям.

Лиза Ч.

Рекомендация падчерице

Милая падчерица! Будь смелее, самоутверждайся в этой жизни, научись отстаивать свои убеждения. У тебя есть характер, это видно было в сцене с кольцом. Закаляй его, работай над собой, и ты станешь достойным человеком своего государства.

Амир М.

Выводы и рекомендации

Воспитание – процесс формирования мотивационной сферы жизни учащихся. В каждом возрасте преобладают свои мотивы как источники активности, поведения.

Говоря с учащимися о толерантности, о том, как научиться жить в мире и согласии с собой и другими, мы считаем необходимым:

• Научить обдумывать цель и мотив поступка, чтобы предвидеть способ его совершения. Не допускать импульсивности в поведении, избегать внушаемости.

• В случае совершения учащимся отрицательного поступка учитель должен знать, что наказание используется только в случае негативного действия, с заранее продуманными неблаговидными мотивами и целью.

Таким образом, обучение и воспитание – это организованное и планомерное, систематическое и целенаправленное общение. Учитель является агентом социализации, он воздействует словом в зависимости от того, кто стоит перед ним, каков уровень произвольного поведения, каков статус ученика в классе.

Важнейшее интеллектуальное приобретение подросткового возраста – умение оперировать гипотезами. Заметны рост сознания и самосознания, углубления знания о себе, о людях, об окружающем мире. Развитие самосознания тесно связано с самоконтролем деятельности и самоутверждения.

Самый легкий способ достичь цели «быть как взрослый» состоит в подражании внешним формам наблюдаемого поведения. В то же время продолжается процесс формирования и

развития самосознания ребенка. Он обращает внимание на собственные недостатки. Желаемый образ «Я» у подростков

обычно складывается из ценимых им достоинств других людей. Общение со сверстниками в этот период является важнейшей школой самовоспитания.

Полученные данные анкетирования, убеждения, прозвучавшие во время диспутов, беседы за круглым столом, сочинения учащихся, создание индивидуальных Программ самоутверждения, беседы о том, что цель работы – повышение социокультурной компетентности участников проекта были достигнуты через комплексное вовлечение всех сфер личности – интеллекта, мотивационных структур, поведенческих навыков и умений.

В ходе проекта были решены следующие задачи:

1. Достижение основной цели проходило через совершенствование навыков и качеств, способствующих развитию компетентности во взаимоотношениях с людьми, принадлежащими к другим группам, и во взаимоотношениях в семье.

2. Объединение одноклассников и удовлетворение важного, особенно для подростков, чувства групповой принадлежности, которое базируется на нормах, ценностях и установках, разделяемых членами собственной группы.

3. Мы пытались найти поиски путей формирования толерантности в сознании и поведении подростков. С этой целью мы, разрабатывая данную Программу, использовали концепции метода диагностики, коммуникационные поведенческие технологии, в том числе такие, как ролевые, имитационные методы.

4. Воспитание в духе терпимости направляли на противодействие влиянию, вызывающему чувство страха и отчужденности по отношению к другим. Это способствовало формированию у подростков навыков независимого мышления, критического осмысления и выработки суждений, основанных на моральных ценностях.

5. В своем проекте мы пытались генерировать и продуцировать новые идеи, проектировать их в практических формах, в конкретной деятельности.

6. Проектировали открытость личности к новому, что базируется на толерантности личности и гибкости мышления.

7. Реализовали на практике идеи, заложенные в данной работе благодаря коллективу единомышленников, способных понять эти идеи, развить их вместе с руководителем проекта.

8. Важно всем понять, что личность – образование общества, и поэтому ее подлинная сущность находится в общении и социальном взаимодействии, доступных диалогическому

проникновению, которому сама ответно и свободно раскрывается.

9. Личность – это и есть диалог внутренний (диалог человека с самим собой) и внешний (диалог с другими). Человек активен в этом диалоге, он познает окружающих и самого себя, изменяет окружающих и себя и осознает результаты своих влияний.

10. Именно поэтому работа, направленная на развитие толерантности личности, – одна из важнейших в педагогической практике и в практике дополнительного образования.

11. Мы решили сделать проект в такой последовательности: понятие толерантности и интолерантности —> конфликты и их разрешение —> умение общаться —> самоутверждение (саморазвитие) личности.

Методические рекомендации, приведенные в работе, могут быть предназначены для заместителей директоров по воспитательной работе, классных руководителей, работников дополнительного образования, педагогов-организаторов, психологов. Эту работу можно использовать при создании Программы толерантности, общешкольной системы воспитания, при составлении классных воспитательных систем.

Проект «Как жить в мире и согласии с собой и другими» можно варьировать, добавлять что-то новое, интересное, менять местами блоки.

Мы преследовали цель идти от толерантности к самоутверждению, но можно, наоборот, от самоутверждения или от умения общаться подойти к понятию «толерантность».

Желаем успехов!

Приложения

Толерантность
Прощение
Сотрудничество
Уважение человеческого достоинства
Милосердие
Терпимость
Принятие другого таким, какой он есть
Уважение прав других
Сострадание

Приложение 1.1
Декларация принципов толерантности

Утверждена резолюцией 5.61
Генеральной конференции ЮНЕСКО
от 16 ноября 1995 года.

Преамбула

Государства – члены Организации Объединенных Наций по вопросам образования, науки и культуры, собравшиеся в Париже на двадцать восьмую сессию Генеральной конференции 25 октября – 16 ноября 1995 года, памятуя о том, что Устав Организации Объединенных Наций гласит: «Мы, народы Объединенных Наций, преисполненные решимости избавить грядущие поколения от бедствий войны… вновь утвердить веру в основные права человека, в достоинство и ценность человеческой личности… и в этих целях проявлять толерантность и жить вместе, в мире друг с другом, как добрые соседи», напоминая, что в Преамбуле Устава ЮНЕСКО, принятого 16 ноября 1945 года, подчеркивается, что «мир должен базироваться на интеллектуальной и нравственной солидарности человечества», напоминая также, что во Всеобщей декларации прав человека провозглашается, что «каждый человек имеет право на свободу мысли, совести и религии» (статья 18), «на свободу убеждений и на свободное выражение их» (статья 19) и что образование «должно содействовать взаимопониманию, терпимости и дружбе между всеми народами, расовыми и религиозными группами» (статья 26), принимая во внимание соответствующие международные акты, в том числе: Международный пакт о гражданских и политических правах; Международный пакт об экономических, социальных и культурных правах; Международную конвенцию о ликвидации всех форм расовой дискриминации; Конвенцию о предупреждении преступления геноцида и наказании за него; Конвенцию о правах ребенка; Конвенцию 1951 года о статусе беженцев и Протокол 1967 года, касающийся статуса беженцев, а также региональные правовые акты в этой области; Конвенцию о ликвидации всех форм дискриминации в отношении женщин; Конвенцию против пыток и других жестоких, бесчеловечных и унижающих достоинство видов обращения и наказания; Декларацию о ликвидации всех форм

нетерпимости и дискриминации на основе религии или убеждений; Декларацию о правах лиц, принадлежащих к национальным или этническим, религиозным и языковым меньшинствам; Декларацию о мерах по ликвидации международного терроризма; Венскую декларацию и Программу действий Всемирной конференции по правам человека; Декларацию и Программу действий, принятые на Всемирной встрече на высшем уровне в интересах социального развития, состоявшейся в Копенгагене; Декларацию ЮНЕСКО о расе и расовых предрассудках; Конвенцию и Рекомендацию ЮНЕСКО о борьбе с дискриминацией в области образования; памятуя о целях третьего Десятилетия действий по борьбе против расизма и расовой дискриминации, Десятилетия образования в области прав человека Организации Объединенных Наций и Международного девятилетия коренных народов мира, учитывая рекомендации региональных конференций, проведенных в соответствии с резолюцией 27 C/5.14 Генеральной конференции ЮНЕСКО в рамках Года Организации Объединенных Наций, посвященного толерантности, а также выводы и рекомендации других конференций и совещаний, организованных государствами-членами по программе Года Организации Объединенных Наций, посвященного толерантности, испытывая чувство тревоги в связи с участившимися в последнее время актами нетерпимости, насилия, терроризма, ксенофобии, агрессивного национализма, расизма, антисемитизма, отчуждения, маргинализации и дискриминации по отношению к национальным, этническим, религиозным и языковым меньшинствам, беженцам, рабочим-мигрантам, иммигрантам и социально наименее защищенным группам в обществах, а также актами насилия и запугивания в отношении отдельных лиц, осуществляющих свое право на свободу мнений и выражение убеждений, представляющими угрозу делу укрепления мира и демократии на национальном и международном уровнях и являющимися препятствиями на пути развития, обращая особое внимание на обязанность государств-членов развивать и поощрять уважение прав человека и основных свобод для всех, без различия по признаку расы, пола, языка, национальной принадлежности, религии или состояния здоровья, и бороться с проявлениями нетерпимости, принимают и торжественно провозглашают настоящую Декларацию принципов толерантности, преисполненные решимости сделать все необходимое для утверждения идеалов толерантности в наших обществах, поскольку толерантность является не только важнейшим принципом, но и необходимым условием мира и

социально-экономического развития всех народов, мы заявляем следующее:

Статья 1. Понятие толерантности

Толерантность означает уважение, принятие и понимание богатого многообразия культур нашего мира, наших форм самовыражения и способов проявлений человеческой индивидуальности. Ей способствуют знания, открытость, общение и свобода мысли, совести и убеждений. Толерантность – это гармония в многообразии. Это не только моральный долг, но и политическая, и правовая потребность. Толерантность – это добродетель, которая делает возможным достижение мира и способствует замене культуры войны культурой мира.

1.1. Толерантность – это не уступка, снисхождение или потворство. Толерантность – это, прежде всего, активное отношение, формируемое на основе признания универсальных прав и основных свобод человека. Ни при каких обстоятельствах толерантность не может служить оправданием посягательств на эти основные ценности.

1.2. Толерантность должны проявлять отдельные люди, группы и государства.

1.3. Толерантность – это обязанность способствовать утверждению прав человека, плюрализма (в том числе культурного плюрализма), демократии и правопорядка. Толерантность – это понятие, означающее отказ от догматизма, от абсолютизации истины и утверждающее нормы, установленные в международных правовых актах в области прав человека.

1.4. Проявление толерантности, которое созвучно уважению прав человека, не означает терпимого отношения к социальной несправедливости, отказа от своих или уступки чужим убеждениям. Это означает, что каждый свободен придерживаться своих убеждений и признает такое же право за другими. Это означает признание того, что люди по своей природе различаются по внешнему виду, положению, речи, поведению и ценностям и обладают правом жить в мире и сохранять свою индивидуальность. Это также означает, что взгляды одного человека не могут быть навязаны другим.

Статья 2. Государственный уровень

2.1. На государственном уровне толерантность требует

справедливого и беспристрастного законодательства, соблюдения правопорядка, судебно-процессуальных и административных норм. Толерантность также требует предоставления каждому человеку возможностей для экономического и социального развития без какой-либо дискриминации. Отчуждение, маргинализация могут стать причиной состояния подавленности, враждебности и фанатизма.

2.2. Для того чтобы сделать общество более толерантным, государствам следует ратифицировать существующие

международные конвенции о правах человека и, если это необходимо, разработать новое законодательство с целью обеспечения в обществе равноправного подхода и равенства возможностей для всех групп и отдельных людей.

2.3. В интересах международного согласия существенно важно, чтобы отдельные люди, общины и нации признавали и уважали культурный плюрализм человеческого сообщества. Мир невозможен без толерантности, а развитие и демократия невозможны без мира.

2.4. Нетерпимость может принимать форму маргинализации социально наименее защищенных групп, их исключения из общественной и политической жизни, а также насилия и дискриминации по отношению к ним. Как гласит Декларация о расе и расовых предрассудках, «все люди и группы людей имеют право отличаться друг от друга» (с т. 1. 2).

Статья 3. Социальные аспекты

3.1. Толерантность, как никогда ранее, важна в современном мире. Мы живем в век глобализации экономики и все большей мобильности, быстрого развития коммуникации, интеграции и взаимозависимости, в век крупномасштабных миграций и перемещения населения, урбанизации и преобразования социальных структур. Каждый регион многолик, и поэтому эскалация нетерпимости и конфликтов потенциально угрожает всем частям мира. От такой угрозы нельзя отгородиться национальными границами, ибо она носит глобальный характер.

3.2. Толерантность необходима в отношениях как между отдельными людьми, так и на уровне семьи и общины. В школах и университетах, в рамках неформального образования, дома и на работе необходимо укреплять дух толерантности и формировать отношения открытости, внимания друг к другу и солидарности. Средства коммуникации способны играть конструктивную роль в деле содействия свободному и открытому диалогу и обсуждению,

распространения ценностей толерантности и разъяснения опасности проявления безразличия по отношению к набирающим силу группам и идеологиям, проповедующим нетерпимость.

3.3. В Декларации ЮНЕСКО о расе и расовых предрассудках провозглашается, что особые меры должны приниматься в целях обеспечения равенства в достоинстве и правах отдельных лиц и групп людей везде, где это необходимо. В этой связи особое внимание следует уделять социально наименее защищенным группам, находящимся в неблагоприятных социальных или экономических условиях, с тем чтобы предоставить им правовую и социальную защиту, в частности в отношении жилья, занятости и охраны здоровья, обеспечить уважение самобытности их культуры и ценностей и содействовать, в особенности посредством образования, их социальному и профессиональному росту и интеграции.

3.4. В интересах решения этой глобальной за дачи необходимы проведение соответствующих научных исследований и налаживание контактов с целью координации деятельности международного сообщества, включая анализ в контексте социальных наук коренных причин этого явления, принятие эффективных контрмер, а также осуществление научных исследований и мониторинга, способствующих выработке политических решений и нормативной деятельности государств-членов.

Статья 4. Воспитание

4.1. Воспитание является наиболее эффективным средством предупреждения нетерпимости. Воспитание в духе толерантности начинается с обучения людей тому, в чем заключаются их общие права и свободы, дабы обеспечить осуществление этих прав, и с поощрения стремления к защите прав других.

4.2. Воспитание в духе толерантности следует рассматривать в качестве безотлагательного императива; в связи с этим необходимо поощрять методы систематического и рационального обучения толерантности, вскрывающие культурные, социальные, экономические, политические и религиозные источники нетерпимости, лежащие в основе насилия и отчуждения. Политика и программы в области образования должны способствовать улучшению взаимопонимания, укреплению солидарности и терпимости в отношениях, как между отдельными людьми, так и между этническими, социальными, культурными, религиозными и языковыми группами, а также

нациями.

4.3. Воспитание в духе толерантности должно быть направлено на противодействие влиянию, вызывающему чувство страха и отчуждения по отношению к другим. Оно должно способствовать формированию у молодежи навыков независимого мышления, критического осмысления и выработки суждений, основанных на моральных ценностях.

4.4. Мы заявляем о своей готовности поддерживать и претворять в жизнь программы научных исследований в области социальных наук и воспитания в духе толерантности, прав человека и ненасилия. Это означает необходимость уделять особое внимание вопросам повышения уровня педагогической подготовки, учебных планов, содержания учебников и занятий, совершенствования других учебных материалов, включая новые образовательные технологии, с целью воспитания чутких и ответственных граждан, открытых восприятию других культур, способных ценить свободу, уважать человеческое достоинство и индивидуальность, предупреждать конфликты или разрешать их ненасильственными средствами.

Статья 5. Готовность к действию

Мы обязуемся поощрять толерантность и ненасилие, используя для этого программы и учреждения в областях образования, науки, культуры и коммуникации.

Статья 6. Международный день, посвященный толерантности

В целях мобилизации общественности, привлечения внимания к опасностям, кроющимся в нетерпимости, и укрепления приверженности и активизации действий в поддержку поощрения толерантности и воспитания в ее духе мы торжественно провозглашаем 16 ноября ежегодно отмечаемым Международным днем, посвященным толерантности.

Приложение 1.2
Словарь адаптированных понятий

АНТИСЕМИТИЗМ – любое убеждение или действие, которое является негативным по отношению к евреям, лишь на основании того, что они относятся к еврейской национальности.

АПАРТЕИД – наиболее крайняя форма расовой дискриминации. Означает лишение определенных групп населения в зависимости от их расовой принадлежности политических, социально-экономических и гражданских прав, вплоть до территориальной изоляции. Некоторые акты апартеида могут составлять геноцид. Современное международное право считает апартеид преступлением против человечества. В 1973 году принята Международная конвенция о пресечении преступлений апартеида и наказании за него.

ДИСКРИМИНАЦИЯ может быть определена как любая форма подчинения или негативного отношения к отдельным лицам или группам, основанная на характеристиках, которые не являются приемлемыми и подходящими основаниями в условиях, в которых они имеют место. Дискриминация означает любое различие, исключение или предпочтение, которое отрицает или умаляет равное осуществление прав. Положения о защите прав человека основываются на принципе отрицания дискриминации. Дискриминацией называется лишение отдельных лиц, групп или целых сообществ равных социальных, политических или экономических прав; преследование по причине этнического происхождения, национальности, мировоззрения или других социальных факторов.

Дискриминация имеет две основные формы: дискриминация де-юре (или правовая), закрепленная в законах, и де-факто (или неофициальная), укоренившаяся в социальных обычаях. Дискриминация де-факто имеет место в ситуациях, когда доминирующая группа пользуется преимуществами по отношению к меньшинству. В отличие от дискриминации де-юре, которая может быть уничтожена путем изменения законов, дискриминацию де-факто искоренить непросто. Дискриминация де-факто обычно существует долгое время, т. к. она прочно коренится в обычаях или институтах общества. Дискриминация этнических групп является основным источником политических конфликтов и сецессии (выхода из состава государства).

КСЕНОФОБИЯ (от греческ. «ксенос» – незнакомый, иностранный или иностранец и «фобия» – боязнь) – любая

постоянная, иррациональная или чрезмерная боязнь (или ненависть) к иностранцам или незнакомцам, не обязательно оформленная, поощряемая, терпимая или стимулируемая властями.

МЕНЬШИНСТВО – группа, которая, как правило, находится в численном меньшинстве по отношению к остальной части населения государства, не занимает доминирующее положение; ее члены, как правило, являясь гражданами страны, обладают этническими, религиозными или языковыми отличиями, которые выделяют их среди основной части населения.

Обычно членов такой группы объединяют чувство солидарности и желание сохранить свою культуру, традиции, религию или язык. Такая группа может находиться в положении меньшинства, иногда фактически, будучи большинством. Статус меньшинства определяется не численностью группы, а наличием отличительных черт, таких как дискриминация. Основными отличительными характеристиками меньшинства являются:

НАЦИОНАЛИЗМ – политический принцип, утверждающий, что политическое и национальное составляет единое целое. Это политический идеал, с точки зрения которого для каждой нации государственность является оптимальной формой политической организации. Национализм как таковой следует отличать от требований политической или культурной автономии. Националистические программы призывают к национальной однородности через (насильственную) ассимиляцию, а также в некоторых случаях к депортации или даже убийству людей другой национальности, или к ирридентизму (воссоединению). При низком уровне этнической однородности в большинстве государств националистическая политика наносит вред меньшинствам.

НАЦИОНАЛЬНОЕ МЕНЬШИНСТВО – представители этнической группы, компактно проживающей на территории какого-нибудь государства, которые являются его гражданами, но не принадлежат к коренной национальности и осознают себя национальной общиной.

ПРЕДРАССУДКИ – (буквально) мнение, предшествующее рассудку, усвоенное некритически, без размышления; иррациональные компоненты индивидуального и общественного сознания суеверия, предубеждения, неблагоприятная социальная установка к какому-либо явлению, не основанные на критически проверенном опыте, эмоционально окрашенные. Особенно живучи национальные и религиозные предубеждения. Предрассудки – социально-психологическое явление, их преодоление возможно лишь путем воспитательной работы.

РАСИЗМ – социальное предубеждение, существующее по отношению к группе людей на основании физических характеристик (пигментация кожи, типичные черты лица, текстура волос, речь, манеры и другие (этнические) показатели), которые отчетливо видны, но не отражают таких биологически значимых качеств, как пригодность или способность. Расизм – это идеология, которая использует внешние отличия в качестве основной причины для отказа в равном отношении к членам другой группы на основании так называемых «научных», «биологических» или «моральных» характеристиках, считает их отличающимися от своей собственной группы и изначально нижестоящими. Такие расистские доводы часто используются для обоснования привилегированного отношения к одной группе. Этой группе обычно отдается предпочтение, хотя иногда она находится под угрозой (как правило, по ее субъективному представлению) – по сравнению с другой группой для того, чтобы поставить последнюю «на свое место» (с социальной и территориальной точки зрения).

РАСОВАЯ ДИСКРИМИНАЦИЯ – любое различие, исключение, ограничение или предпочтение на основании расы, цвета кожи, происхождения, национальной или этнической принадлежности, имеющее целью отказ или умаление признания и возможности иметь и осуществлять на принципе равенства индивидуальные права и основные свободы человека в политической, экономической, социальной, культурной или любой другой области общественной жизни. Позитивные действия, предпринятые с единственной целью обеспечения адекватного развития некоторых расовых или этнических групп или отдельных лиц, нуждающихся в такой защите, которая может быть необходима для обеспечения таким группам или лицам равных возможностей в пользовании и осуществлении индивидуальных прав человека и основных свобод, не является расовой дискриминацией при условии, однако, что такие меры впоследствии не приведут к утверждению отдельных прав для различных расовых групп. Такое действие, направленное на исправление последствий предшествующей дискриминации, однако, не должно продолжаться после того, как цель, для которой оно было предпринято, будет достигнута.

РЕЛИГИОЗНАЯ ДИСКРИМИНАЦИЯ – любое различие, ограничение или предпочтение, основанное на религии или вере и имеющее своей целью отказ или умаление признания и возможности осуществления на принципе равенства индивидуальных прав и основных свобод человека.

СТЕРЕОТИП – схематический, стандартизированный образ

или представление о социальном явлении или объекте, обычно эмоционально окрашенный и обладающий большой устойчивостью. Выражает привычное отношение человека к какому-либо явлению, сложившееся под влиянием социальных условий и предшествующего опыта.

ТОЛЕРАНТНОСТЬ – определяется как «готовность и способность принимать без протеста или вмешательства личность или вещь», или как «терпимость к чужим мнениям, верованиям, поведению».

ЭКСТРЕМИЗМ – склонность, приверженность к крайним взглядам и мерам, преимущественно в политике.

ЭМПАТИЯ – способность переживать такие же чувства, которые переживает партнер по общению в данный момент.

ЭТНОС – исторически сложившаяся на определенной территории устойчивая социальная общность людей. Она объединена общностью языка, культуры, быта, традиций, обычаев, самосознания. Совокупность людей, обладающая общностью культуры, выступает как единый этнос только в том случае, если ее члены осознают эту общность, считая ее выражением исторических судеб, в том числе, как правило, общности происхождения (фактической или иллюзорной).

Терпение можно определить как социально-психологическую черту человека, показатель мужества, внутренней силы, условие такта в общении. Толерантность – это миролюбие, терпимость к этническим, религиозным, политическим, конфессиональным, межличностным разногласиям, признание возможности равноправного существования «другого».

Толерантность – это человеческая добродетель: искусство жить в мире разных людей и идей, способность иметь права и свободы, при этом не нарушая прав и свобод других людей. В то же время толерантность – это не уступка, снисхождение или потворство, а активная жизненная позиция на основе признания иного. 16 ноября 1995 года была принята «Декларация принципов толерантности». 16 ноября был объявлен международным ДНЕМ ТОЛЕРАНТНОСТИ.

Приложение 1.3
Кодекс жизни толерантного человека

1. Каждый из нас – носитель разума, поэтому:

• не совершаем бездумных действий;

• не принимаем на веру ничего без осмысления;

• развиваем свою речь как единственный способ мышления;

• предвидим последствия своих действий;

• несем ответственность за все, что с нами происходит;

• можем ставить цели и подбирать способы их достижения;

• умеем анализировать как события жизни, так и собственное поведение;

• умеем противостоять неразумным, низким и преступным влияниям;

• можем поставить мысленно себя на место других, чтобы не допустить конфликта.

2. Мы ценим жизнь во всех ее проявлениях, поэтому:

• не уничтожаем без смысла и суровой необходимости ни одно живое существо;

• не посягаем на самочувствие и здоровье других людей;

• отказываемся от доминирования, причинения вреда и насилия;

• замечаем и приветствуем многообразие жизни, признаем ее многообразие;

• защищаем, помогаем всем, кому плохо, и кого обижают;

• приходим на помощь другим людям, когда их жизни грозит опасность.

3. Каждый из нас живет среди других людей, без которых нет нашей жизни, поэтому:

• осознаем, что каждый из нас человек и ценен, прежде всего, этим;

• видим в другом человека в любом его проявлении;

• помогаем другому оставаться человеком в любых ситуациях;

• считаем, что нет ничего выше человека, уважаем человеческое достоинство в другом, слышим, понимаем, воспринимаем другого;

• пропагандируем терпимость к чужим мнениям и верованиям;

• всегда, всюду и со всеми и с каждым мы учтивы, внимательны, любезны и сдержанны;

• легко, естественно и непринужденно мы общаемся с людьми;

• умеем встать на точку зрения другого, понять его психологическое состояние;

• умеем осознать собственные достоинства и недостатки;

• уважаем ошибки и заблуждения ближнего, как свои собственные;

• признаем и уважаем права других, готовы принять другого человека таким, какой он есть;

• признаем равенство других людей;

• не делаем обидных сравнений, не говорим о физических недостатках при людях, имеющих эти недостатки.

4. Мы созидатели и своим трудом самоутверждаемся, поэтому:

• стараемся учиться в меру своих способностей;

• серьезно, основательно выбираем свою профессию, которая доставила бы радость;

• сделаем все, чтобы стать материально независимыми, самоутвердиться в жизни благодаря своему труду;

• воспитываем обязательность и исполнительность;

• развиваем настойчивость, стремление быстро и качественно выполнять порученное дело;

• стремимся всегда выполнить то, что должны сделать;

• не бездельничаем, когда все трудятся;

• вырабатываем опыт трудовой деятельности, умение трудиться сообща.

Приложение 1.4
Эмблема толерантности и ее описание

Описание эмблемы толерантности

Символ братства: люди станут жить дружно и помогать друг другу как братья (братство людей – братство народов). Братская дружба – непобедимая сила.

Земля русская собиралась веками, за ее целостность и безопасность заплатили жизнями миллионы людей. Они завещали нам беречь Родину. Наша задача – свято следовать этому совету – быть патриотами.

Феникс – птица, возродившаяся из пепла. Недаром философ Гегель утверждал: «Все старое умирает, чтобы возродиться вновь».

Изображение дерева на эмблеме – символ мудрости. Гора – мощь России.

Солнце – свет разума российских людей.

Приложение 2.1
Игра «Медиация»

Медиация – процедура, позволяющая конфликтующим сторонам самостоятельно выработать решение. Задачей посредника-медиатора является не предоставление готового решения, а создание условий для достижения сторонами согласия. Практика показывает, что собственное решение каждой стороной будет выполняться с большей готовностью (40 % – выполняются решения суда, 70 % – решения «по договоренности»). Стадии медиации:

1. *Вступительное слово медиатора*

(После приветствия и рассаживания.) Меня зовут… Я медиатор, назначенный для участия в разрешении вашего спора (конфликта). Назовите себя, пожалуйста, как вы хотите, чтобы вас здесь называли… Каким временем вы располагаете? Обычно медиация занимает 2,5–3 часа… Я буду следить за временем и предупрежу, когда оно выйдет, чтобы вы сами решили остановить процесс или продолжить его. Нужно ли по ходу переговоров устраивать перерывы?

Я благодарю вас за то, что вы решили обратиться ко мне как к нейтральной стороне за помощью в урегулировании возникшей у вас проблемной ситуации. Урегулирование спора достигается путем принятия сторонами решения на добровольной и равноправной основе, одинаково устраивающего все заинтересованные стороны. Я хочу спросить, является ли ваше участие проявлением доброй воли и вашего искреннего намерения обсудить ситуацию и найти способ ее урегулирования?

Не требуется ли присутствие на процессе кого-то еще, кто имеет отношение к делу?

Согласны ли вы на участие в процессе переговоров между вами третьей нейтральной стороны? Эту сторону представляю я, и моя нейтральность заключается в следующем: 1) я не выступаю в роли судьи, арбитра, обвинителя или защитника; 2) я не даю никаких оценок и не даю никаких советов; 3) я гарантирую конфиденциальность с моей стороны и прошу вас высказаться, готовы ли вы следовать правилу конфиденциальности – ничего не должно быть вынесено за пределы настоящего обсуждения без разрешения на это всех сторон.

Как медиатор я не несу ответственности за те решения, которые вы принимаете. Моя роль заключается лишь в оказании вам помощи при ведении переговоров, в организации процесса

таким образом, чтобы вы могли сделать попытки к урегулированию конфликта и принятию по нему собственных взаимоприемлемых решений.

В процессе переговоров вы поочередно получите возможность изложить свои позиции и ответить на мои вопросы. Затем у вас будет возможность принять участие в дискуссии по обсуждаемой ситуации. Вы сможете не только высказаться по сути проблемы, как вы ее видите, но и изложить свои оценки происшедшего. Нам могут понадобиться встречи с глазу на глаз, так называемые «кокусы». Они могут быть инициированы как сторонами, так и медиатором. Их количество и продолжительность (обычно один «кокус» длится 20–30 минут) будет равным для обеих сторон.

Затем будет общими усилиями определен перечень пунктов для обсуждения и принятия по ним решения. Решение может быть выражено устно, письменно и даже заверено нотариально – вы сами изберете то, что сочтете нужным.

Предлагаю заключить процедурное соглашение, суть которого в том, что стороны обязуются вести себя на процессе корректно, в дискуссии не перебивать друг друга и не употреблять обидных слов и выражений. Вы берете на себя такие обязательства?

Спасибо. Разрешите поздравить вас с тем, что в течение моего вступления вы несколько раз изложили сходные точки зрения по разным вопросам, дав утвердительные ответы. Это свидетельствует о том, что между вами в принципе возможны договоренности. Я желаю вам конструктивной и успешной работы. Есть ли вопросы ко мне?

2. Представление сторон (начиная с инициатора медиации).

По возможности подробно опишите, в чем, на ваш взгляд, состоит существо проблемы. Вы хотите что-то добавить?

3. Содействие анализу – вопросы:

– Противоположная сторона явно выразила свое недовольство вашими словами. Чем, на ваш взгляд, она недовольна?

– Как вы думаете, почему другая сторона сопротивляется вашему предложению?

– Знаете ли вы какие-нибудь случаи, похожие на тот конфликт, который мы обсуждаем сегодня? (и др.).

4. Краткий пересказ медиатором позиций сторон

– Итак, вы считаете, что… Я правильно вас понял(а)?

– Я не упустил(а) ничего существенного?

– **Вентиляция эмоций** – высказывание оценок происшедшему, выражение чувств; принятие согласованной формулировки проблемы, по необходимости использование «кокусов»; констатация интересов сторон и возможных точек

сближения их позиций.

– **Формирование повестки переговоров** – благодарность сторонам за успешную работу, фиксация найденных точек сближения; предложение четко сформулировать вопросы для обсуждения; предложение сторонам признать повестку переговоров исчерпывающей, а ее пункты – четко сформулированными.

– **Выработка предложений**. Генерация идей.

– Что, по вашему мнению, могло бы послужить альтернативой этому?

– Нет ли такого способа изменить вашу позицию, чтобы заодно можно было бы удовлетворить интересы другой стороны?

– А что, если сделать..?

– Я отмечаю противоречия в ваших высказываниях относительно…

5. Контроль реалистичности высказываний.

6. Что конкретно вы предлагаете сделать?

7. Как вы думаете, что произойдет, если..?

Создается впечатление, что вы не хотите прийти к соглашению. Как вы думаете, что будет, если вы не договоритесь?

Вы пришли к согласию. А что произойдет, если какая-то из сторон его нарушит?

8. Подготовка соглашения – формулировка пунктов соглашения, обсуждение возможных санкций при его нарушении.

9. Выход из медиации – благодарность за конструктивную успешную работу, за доверие; обратная связь – степень удовлетворенности достигнутым соглашением и самой процедурой переговоров; оценка своего наличного эмоционального состояния.

10. Этап постконфликта – прослеживание дальнейшего развития ситуации, результативности медиации.

Если возник конфликт между педагогом и воспитанником и педагог имеет собственные ресурсы для его преодоления, помогут следующие установки: 1) безоценочное принятие воспитанника; 2) презумпция невиновности; 3) аванс доверия; 4) объективная оценка деятельности ребенка; 5) похвала за конкретные достижения, выражение недовольства конкретным поступком: 6) хвалить больше, чем ругать; 7) совместная деятельность сближает.

Корпоративная мотивация, в частности на уроках, приводит к более высоким результатам, чем конкурентная. Например, метод «Послушать^сговориться^обсудить» заключается в том, что учитель задает вопрос, предлагает каждому продумать свой ответ, сказать ответ соседу по парте и, после согласования с ним,

озвучить общее мнение двоих, предложить его всему классу для обсуждения.

Преодоление конфликта может заключаться и в работе педагога с самим собой. Цель этой работы – изменить свое отношение к происходящему, прислушаться к собственному состоянию в конфликтной ситуации.

Приложение 2.2
Правила нашей жизни в семье

1. Сотрудничество: стараемся быть опорой друг для друга, но никто никого не использует в своих интересах.

Примечание. Мы обговорили роли каждого в семье, распределили ответственность: кто за что отвечает, включая детей; определили функции: кто, что и когда делает (покупает продукты, готовит пищу, делает уборку квартиры, гуляет с детьми и т. д.).

2. Мы открыты друг другу.

Примечание. Договорились не копить никаких неудовольствий, недомолвок, раздражения, спрашивать, когда возникает напряжение: «Что-то не так?», «Тебя что-то огорчило, расстроило?» и т. п.

3. Мы стремимся к пониманию и согласию.

Примечание. Стараемся выслушать друг друга, не перебивая. Если у кого-то есть предложения, как можно сделать нашу жизнь еще более совершенной, выносим их на совет семьи.

4. Бережно относимся друг к другу.

Примечание. Бережем друг друга и словом, и проявлением эмоций, и делом, заботимся о здоровье каждого, стремимся быть здоровыми.

5. Язык – чистый. *Примечание.* Не произносим грубых и бранных слов, никто ни на кого не вешает ярлыки, не навязывает своего мнения, осваиваем язык позитивных утверждений и «Я-высказываний». Главные слова в наших отношениях – «благодарю» и «прости».

На этом мы остановились, предоставив каждому право вносить в эти ценности дополнения и изменения. Обговорили условия выполнения этих ценностей, оказание помощи при их выполнении.

Приложение 3.1
Тест «Умеете ли вы общаться по телефону?»

Выберите один из вариантов: а, б или в.

1. Разбудив друга звонком, вы:

а) извинитесь и скажете, что перезвоните позже;

б) будете продолжать говорить;

в) сообщите, что у вас важная информация и ее стоит послушать.

2. Позвонив приятелю, который в данный момент очень занят, вы:

а) извинитесь, что потревожили, и попросите перезвонить вам, когда он освободится;

б) спросите, чем он занят;

в) сделаете саркастическое замечание и повесите трубку.

3. Вы позвонили другу, с которым в последнее время не общались, и:

а) сетуете, что он не звонил;

б) делаете вид, будто ничего не произошло;

в) высказываете сожаление, что давно не общались.

4. Приятель, которому вы позвонили, говорит, что ждет важного звонка, поэтому нужно освободить линию. Вы:

а) спросите, какой важный звонок он ждет;

б) проигнорируете его просьбу и будете продолжать разговор;

в) попросите его позвонить вам в удобное для вас время.

5. Маленький ребенок вашего друга поднял трубку. Вы:

а) скажете ему, чтобы он передал трубку взрослому;

б) сделаете замечание, что дети не должны отвечать на телефонные звонки;

в) коротко, по-дружески перекинетесь с ним парой слов и попросите передать трубку родителям.

6. Вы позвонили другу, у которого в данный момент гости: а) спросите, кто у него;

б) попросите перезвонить, когда все уйдут;

в) попросите перезвонить в удобное для него время.

7. Позвонив, вы сразу почувствовали раздражение в голосе подруги:

а) спросите, в чем проблема;

б) сами предложите перезвонить позже;

в) также продемонстрируете раздражение.

8. Вы звоните другу и попали на автоответчик:

а) оставите сообщение на автоответчике о том, что это звонили вы;

б) повесите трубку, не назвавшись;

в) попросите перезвонить.

Подсчитайте в таблице, сколько баллов принесли вам ваши ответы

Вопросы	1	2	3	4	5	6	7	8
а)	0	0	2	1	1	2	1	0
б)	1	1	1	2	2	1	0	2
в)	2	2	0	0	0	0	2	1

Если ваш результат:

12–16 баллов: Не исключено, что вы ничего плохого не имеете в виду, но часто говорите по телефону не то, что нужно.

8—11 баллов: Вы знаете правила общения по телефону, но иногда делаете ошибки.

Менее 8 баллов: У вас отличная манера ведения разговора по телефону.

Приложение 3.2
Цветок человеколюбия

Приложение 3.3
Упражнение «Уличное знакомство»

Все участники разбиваются на пары. Задание одного из участников пары: познакомиться со вторым, который должен играть роль абсолютно незнакомого ему человека. Первый должен приложить максимум усилий, все свое обаяние, находчивость. Цель считается достигнутой, если ему удается узнать имя человека и номер домашнего телефона. Второй, напротив, старается уйти от знакомства, но все же оставаясь в рамках элементарной логики и органичности своего образа.

Место действия образов, в которых предстанут участники игры, цель, побудившую одного к завязыванию знакомства, оговариваются заранее. После демонстрации парами сцен знакомства участники определяют наиболее успешно справившегося с поставленной задачей, а также самого несговорчивого незнакомца, сумевшего сохранить, конечно, правдоподобность своего образа.

Приложение 3.4
Упражнение «Просьба»

Как попросить человека об одолжении, каким тоном, в какой обстановке, с каким настроением? От этого, по существу, зависит – «быть или не быть». А между тем существует ряд приемов, которые могут значительно повысить вероятность выполнения вашей просьбы.

Выберите себе партнера, подойдите к нему, присядьте и попробуйте попросить у него что-нибудь, например очки, авторучку, что-то более существенное. Результат будет зависеть от той формы, в которой вы изложите просьбу.

Люди всегда ценят тактичность, дипломатичность, а также оригинальность и находчивость.

Если ваша просьба будет начинаться с комплимента, упоминания заслуг того, к кому вы обращаетесь, его авторитета и значимости, ваши шансы повышаются.

Если вслед за просьбой, тут же, до получения ответа, следуют признательность, благодарность за предстоящую услугу, то человеку уже трудно будет отказать.

Через некоторое время каждый подходит к ведущему со своими «трофеями» (разумеется, их придется вернуть). Занявшие «первые места по трофеям» рассказывают, какие средства общения они применяли.

Приложение 3.5
Упражнение «Отказ»

Ежедневно каждого из нас кто-то о чем-то просит. Выполнить все просьбы невозможно, причем часто просьба превышает наши возможности, поэтому надо уметь отказывать. Отказ может быть жестким «нет» (контролеры, вахтеры и др.) и дипломатичным, вежливым.

Конечно, вежливость – это принцип общения, а дипломатичность – это стратегия, рассчитанная на возможные трансформации взаимодействия людей (сегодня вы скажете человеку «нет», а завтра придете к нему с просьбой).

Дипломатичный деловой отказ

• Первая часть Вашего отказа должна быть смягчающей. Начните с сожаления – «мне неприятно Вас огорчать», «очень сожалею, но…».

• Средняя часть отказа информативна – «факты таковы, что», «реальные возможности, к сожалению, не позволяют», то есть Вы сожалеете, а отказывают внешние силы (родители, фирма и др.). Говорить нужно четко, не понижая голоса и не зажевывая слова. Выражайте сочувствие, ставьте просителя на свое место, доказывайте, что он поступил бы так же.

• В заключительной части отказа обязательно предложите продолжить переговоры в дальнейшем, когда обстоятельства, возможно, изменятся. Это выведет разговор из тупика, не даст партнеру ощущения обиды.

Подобная формула отказа, словно щит, бережет обе стороны.

Если «нет» сказали Вам. Если «нет» сказали Вам, причем жестко, не по вышеприведенной гуманной схеме, вспомните: отказы – часть нашей жизни. Не судьба на вас ополчилась, а такова ситуация. Надо это пережить. Если в отказе отсутствует третья часть, состоящая из альтернативы, немедленно применяйте контрмеру с предложением или вопросом: «Что бы Вы могли мне посоветовать?»

Практическая часть. Разделитесь на пары – «просителей» и «дающих», изберите предмет просьбы (это могут быть: устройство на работу, на учебу, просьбы о помощи – денежной, вещевой, трудовой и др.). Девушкам полезно проиграть отказ в знакомстве.

Приложение 3.6
Ситуация-проба «Общительность в действии»

Вы по воле обстоятельств попадаете в небольшую незнакомую компанию а) подвыпивших ровесников; б) порядочных людей старшего возраста; в) узких специалистов; г) детей-дошкольников; д) непорядочных людей (воров, бандитов).

Задание. Обдумайте свое поведение. Какими способами Вы установите контакт со столь разными людьми?

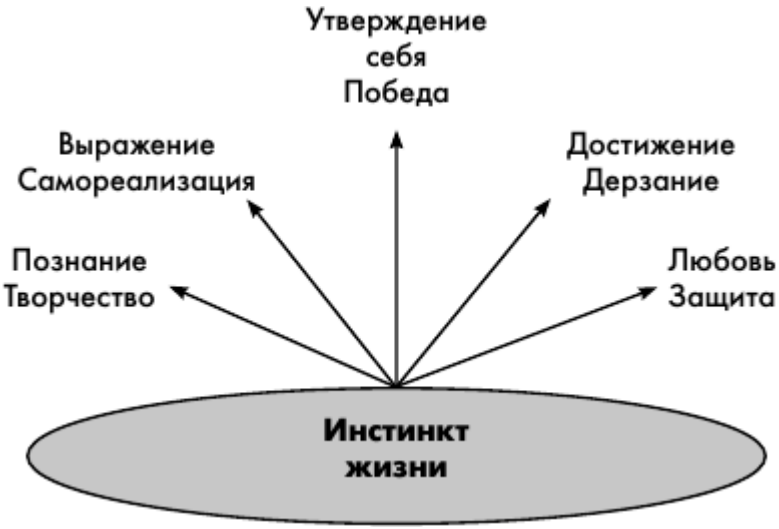
Социально-приемлемые позиции:

• Адекватная оценка обстановки и себя.

• Мобилизация коммуникативных качеств.

• Избежание конфликта; верность своим принципам.

Приложение 4.1
Инстинкт жизни в человеке



Приложение 4.2
Механизм самоутверждения

Лучше иметь какую-нибудь теорию, чем никакой.

Л. Больцман

Каждый человек имеет свои индивидуальные средства и способы самоутверждения, но общим для всех является стремление к признанию, к положительной оценке окружающих. Эти стремления личность осуществляет через деятельность и поступки, общественная оценка которых создает и питает Я-концепцию личности. Как вы знаете, концепция личности – это представление личности о самой себе, на основе которого она строит свое поведение.

В составе целостной Я-концепции личности самоутверждение может быть представлено такими тремя общими позициями: «Я имею успех. Я признан. Я имею влияние, власть».

Успех. Стремление к успеху – это желание выделиться, расширить свои возможности, получить определенные результаты, превышающие средние жизненные стандарты. Человек, жаждущий успеха, любит решать проблемы, за которые несет личную ответственность, ставит перед собой сложные задачи и хочет получать результаты, имеющие высокую общественную оценку.

Признание, уважение. Жажда получить признание – это желание приобрести определенный статус, авторитет в глазах окружающих. Такой человек любит работу, которую можно делать в окружении коллег, он старается со своей стороны заслужить их поддержку и уважение.

Влияние, власть. Человек, стремящийся к влиянию, авторитету, власти, хочет управлять другими и влиять на них. Он получает удовлетворение, наслаждаясь признаками своего «могущества».

Положительная, самоутверждающая Я-концепция (Я успешен, признан, имею влияние) способствует положительным проявлениям личности, эффективной ее деятельности, успеху. Ничто так не способствует успеху, как уверенность в нем.

Отрицательная, самоуничижающая, самоотрицающая Я-концепция (Я не успешен, не признан, не имею влияния) ухудшает результаты, мешает успеху, может способствовать изменению личности в отрицательную сторону. Ничто так не

предвещает неудачу, как заведомое ее ожидание.

Кольцо обратной связи самоутверждения

Самоутверждение – процесс саморегулирующийся. Личность, действуя, совершая поступки, получает обратный сигнал от окружающей среды: либо об успехе, признании, либо о провале целей, негативной реакции окружающих.

В случае успеха, положительной оценки личность испытывает удовлетворение, ощущение успеха, признания, значимости (я успешен, признан, имею влияние), замыкается кольцо положительной обратной связи самоутверждения. В случае неудовлетворения потребностей (отрицательного обратного сигнала) кольцо самоутверждения оказывается разомкнутым, но стремление к положительной Я-концепции (успешен, признан, имею влияние) так велико, что личность начинает искать другой вариант деятельности.

Не найдя самоутверждения через положительную деятельность (хорошую и отличную учебу, успешный труд, общественную деятельность и т. д.), личность будет искать самоутверждение в негативном поступке, чтобы хоть ненадолго, любой ценой, стать в центре внимания (получить временное или ложное признание).

Кольцо самоутверждения замыкается в ***негативе,*** при повторении действий легко вырабатываются негативные привычки (а затем и черты характера).

Вот почему так важна для личности обстановка настоящего успеха, одобрения, поддержки, уважения, доброжелательности; она способствует формированию положительной Я-концепции самоутверждения.

Упражнение «Я-самоутверждение»

Постарайтесь быть объективным в самооценке вашего эмоционального самочувствия в сфере самоутверждения.

Я = Самоутверждение	успешен, способен признан, уважаем имею влияние, власть

Позиции самоутверждения

1. Верность своим принципам, несмотря на противоположные мнения других (в сочетании с достаточной гибкостью и умением изменить свое мнение, если оно ошибочно).

2. Сохранение уверенности в своих способностях, несмотря на временные неудачи и трудности.

3. Умение подавлять свои эгоистические порывы, понимание

своих и чужих чувств.

4. Соблюдение принятых социальных норм, чуткое отношение к нуждам других.

5. Уважение в каждом человеке личности, как бы он ни отличался уровнем своих способностей и занимаемым общественным положением.

6. Нахождение в окружающих людях хорошего, вера в них, несмотря на их недостатки.

7. Сопротивление отрицательным явлениям (лени, несправедливости, агрессии и др.).

8. Нахождение удовлетворения, удовольствия в самой разнообразной деятельности, включая работу, игру, общение с друзьями, творческое самовыражение или отдых.

Приложение 4.3
Тест «Уровень самооценки»

Выявить уровень самооценки можно с помощью теста-опросника, включающего 30 суждений, по поводу которых возможны три варианта ответов, каждый из которых координируется баллами по схеме: «да, часто» – 4 балла; «иногда» – 2 балла; «нет или редко» – 0 баллов.

Суждения

1. Мне хочется, чтобы мои друзья подбадривали меня.
2. Постоянно чувствую свою ответственность по работе.
3. Я беспокоюсь о своем будущем.
4. Многие меня ненавидят.
5. Я обладаю меньшей инициативой, нежели другие.
6. Я беспокоюсь за свое психическое состояние.
7. Я боюсь выглядеть глупцом.
8. Внешний вид других куда лучше, чем мой.
9. Я боюсь выступать с речью перед незнакомыми людьми.
10. Я часто допускаю ошибки.
11. Я не умею говорить как следует с людьми.
12. Мне не хватает уверенности в себе.
13. Мне бы хотелось, чтобы мои действия одобрялись другими чаще.
14. Я слишком скромен.
15. Моя жизнь бесполезна.
16. Многие неправильного мнения обо мне.
17. Мне не с кем поделиться своими мыслями.
18. Люди ждут от меня многого.
19. Люди не особенно интересуются моими достижениями.
20. Я слегка смущаюсь в некоторых случаях.
21. Я чувствую, что многие люди не понимают меня.
22. Я не чувствую себя в безопасности.
23. Я часто и понапрасну волнуюсь.
24. Я чувствую себя неловко, когда вхожу в комнату, в которой уже сидят люди.
25. Я чувствую себя скованным.
26. Я чувствую, что люди говорят обо мне за моей спиной.
27. Я уверен, что люди почти все понимают легче, чем я.
28. Мне кажется, что со мной должна случиться какая-нибудь неприятность.
29. Меня волнует мысль о том, как люди относятся ко мне.
30. В спорах я высказываюсь только тогда, когда уверен в

своей правоте.

Оценка результатов

Для того чтобы определить уровень самооценки, необходимо сложить баллы по всем 30 суждениям.

Сумма баллов **от 0 до 25** говорит о завышенном уровне самооценки, при котором человек редко сомневается в своих действиях, считает себя самым-самым, не реагирует на критику и замечания других.

Сумма баллов **от 26 до 45** свидетельствует о среднем уровне самооценки, при котором человек редко страдает от «комплекса неполноценности» и лишь время от времени старается прислушиваться к мнению других.

Сумма баллов **от 46 до 100** указывает на низкий уровень самооценки, при котором человек болезненно переносит критические замечания в свой адрес, старается всегда считаться с мнениями других и часто страдает от «комплекса неполноценности».

Сумма **более 100 баллов** соответствует явно заниженной самооценке, мешающей правильно (объективно, адекватно) воспринимать окружающих людей.

Приложение 4.4
Самооценка умений самоутверждения

Умеете ли вы утверждать себя		
Я умею общаться с людьми	5 4 3 2 1	не умею
Я не конфликтный человек	5 4 3 2 1	конфликтный
Я пользуюсь авторитетом	5 4 3 2 1	не пользуюсь
У меня есть собственное мнение	5 4 3 2 1	нет
Я могу идти против общего мнения	5 4 3 2 1	не могу
Я занимаюсь творчеством	5 4 3 2 1	не занимаюсь
Я не позволяю унижать себя	5 4 3 2 1	позволяю
Я добиваюсь своего	5 4 3 2 1	не добиваюсь
Я не чувствую стеснения в общении с другим полом	5 4 3 2 1	чувствую
У меня есть нравственные принципы	5 4 3 2 1	нет

Приложение 4.5
Тест «Изменить себя или других?»

Выбранное для себя качество подчеркните горизонтальной чертой в левой части таблицы («Себе») вместе со всеми буквами, стоящими против строчки предпочтительного качества; выбранное для других качество отчеркните вертикальной чертой в верхней половине таблицы («Другим») вместе со всеми буквами вертикальной колонки.

На пересечении вертикальной и горизонтальной линий стоит одна из букв – А, Б, В или Г. Этой буквой обозначается характерный для вас тип нравственного самоутверждения.

«Другим» / «Себе»	Выдержка	Доброжелательность	Искренность	Сила воли	Сопереживание	Уверенность
Выдержка		Б	Б	А	Б	А
Доброжелательность	В		Г	В	Г	В
Искренность	В	Г		В	Г	В
Сила воли	А	Б	Б		Б	А
Сопереживание	В	Г	Г	В		В
Уверенность	А	Б	Б	А	В	

Обработка данных

Как правило, все принимающие участие в игре-тесте желают развить в себе такие качества, как сила воли, выдержка, уверенность. Однако искренне считают, что другим в первую

очередь недостает доброжелательности, искренности, сопереживания. Следовательно, другие ждут от нас доброжелательности, сопереживания, а мы идем в другом направлении в своих желаниях, мы стремимся к формированию в себе жестких черт, отдаляясь от ожиданий окружающих.

Итак, в зависимости от того, какая буква у вас получилась, вам следует принять во внимание:

А. Вам недостает твердости и решительности. Окружающие вас люди тоже не способны принимать ответственные решения. Вам необходимо стать тверже и решительнее.

Б. Вам необходимо, прежде всего, утвердиться самому, что возможно сделать в более мягком окружении. Нравственная оценка решительных поступков окружающих вас людей часто не совпадает с вашими идеалами. Это мешает вашему общению с людьми. Сменить свое «окружение» сложно или просто невозможно, а вот изменить свое отношение к окружающему миру необходимо.

В. Вам, прежде всего, необходимо смягчить свой нрав, помогая утвердиться другим. Отношение к себе как к эталону мешает понять других. Научитесь воспринимать окружающих вас людей безоценочно, видеть их такими, какие они есть на самом деле.

Г. Желательно, чтобы вы стали мягче с окружающими. Вам нелегко, окружение «вам сродни». Если вы будете владеть собой, то и окружение изменится по отношению к вам. Основная ваша задача – учиться доброжелательности и сопереживанию.

Приложение 4.6
Упражнение «Юности честное зерцало»

Перед вами список из 16 нравственных качеств. Эти качества представлены шкалой, включающей полярно-противоположные проявления этих качеств. Сложность существования и выживания (сохранения себя в современных социальных условиях) состоит в соблюдении определенного ***баланса между крайними нравственными позициями***. Воспитательный идеал (то, к чему надо стремиться сегодня, в данных условиях) в ряде случаев представляет определенную пропорцию полярных качеств. Отметьте выраженность каждого качества у себя. Для этого обведите кружочком соответствующую цифру. Цифра 10 означает максимальную степень проявления качества, указанного в левом столбце. По окончании упражнения вы получите свой нравственный «профиль».

1	Общительность, открытость, коллективизм	10 9 8 7 6 5 4 3 2 1	Замкнутость, скрытность, индивидуализм
2	Доброта, альтруизм	10 9 8 7 6 5 4 3 2 1	Злоба, эгоизм, чувство собственности
3	Эмоциональная устойчивость, ровность, постоянство	10 9 8 7 6 5 4 3 2 1	Эмоциональная неустойчивость, влюбчивость, разнообразие
4	Твердость, самостояние	10 9 8 7 6 5 4 3 2 1	Уступчивость, склонность к подчинению, покорность
5	Восторженность, импульсивность, азартность	10 9 8 7 6 5 4 3 2 1	Сдержанность, рассудительность, серьезность
6	Честность, высокая нормативность поведения	10 9 8 7 6 5 4 3 2 1	Скромность, стыдливость, застенчивость

7	Раскованность, склонность к риску, смелость	10 9 8 7 6 5 4 3 2 1	Скромность, стыдливость, застенчивость
8	Мягкость, сострадание, милосердие	10 9 8 7 6 5 4 3 2 1	Жесткость, суровость, безжалостность
9	Бдительность	10 9 8 7 6 5 4 3 2 1	Доверчивость
10	Альтруистичность, непрактичность, доверие к людям	10 9 8 7 6 5 4 3 2 1	Практичность, цинизм, недоверие
11	Прямолинейность, правдивость	10 9 8 7 6 5 4 3 2 1	Дипломатичность, расчетливость
12	Спокойствие, уверенность в себе	10 9 8 7 6 5 4 3 2 1	Тревожность, неуверенность, чувство вины
13	Склонность к новому	10 9 8 7 6 5 4 3 2 1	Склонность к традиционному
14	Независимость к мнению окружающих, стремление действовать, исходя из собственных убеждений	10 9 8 7 6 5 4 3 2 1	Зависимость от группы, ориентировка на социальное одобрение
15	Высокий самоконтроль, самодисциплина, безгрешность	10 9 8 7 6 5 4 3 2 1	Низкий самоконтроль, недисциплинированность
16	Собранность, возбужденность, вызванная большим стремлением к успеху	10 9 8 7 6 5 4 3 2 1	Расслабленность, отсутствие стремления выделиться

Оценка результатов

Насколько этот ваш профиль соответствует «современным» нормам нравственности? Прямо скажем: твердых критериев здесь нет; разные нравственные школы дают разные ориентиры. Приводимые «нормативы» для современных социальных условий вы можете, обсудив в группе, изменить, поправить.

1) от 7 до 9 баллов	9) 8 — 10 баллов
2) 7 — 9 баллов	10) 3 — 5 баллов
3) 6 — 8 баллов	11) 4 — 6 баллов
4) 5 — 7 баллов	12) 8 — 10 баллов
5) 5 — 7 баллов	13) 7 — 9 баллов
6) 8 — 10 баллов	14) 5 — 7 баллов
7) 6 — 8 баллов	15) 7 — 9 баллов
8) 5 — 7 баллов	16) 7 — 9 баллов

Приложение 4.7
Материалы к составлению «Программы самоутверждения»

1. Контрольная анкета «Самооценка умений самоутверждения»

Факторы, которые нужно учесть

Факторы, способствующие эффективности самоутверждения	Факторы, препятствующие эффективности самоутверждения
Честолюбие	Нехватка уверенности в себе
Ожидания окружающих	Недостаток выдержки
Боязнь оказаться неспособным выполнить работу	Отсутствие нужных умений
Стремление к более высокому статусу	Боязнь неизвестного
Желание повысить уровень жизни	Недостаточная энергичность
Интерес к новым испытаниям	Незнание самого себя
Ответственность перед окружающими	Недостаточный личный потенциал
Желание и необходимость соответствовать ценностям своей семьи	Отсутствие поддержки со стороны близких
Убеждения: Каждый не должен любить меня. Другие люди — o'key. И я — o'key. Я не должен стремиться всеми управлять. Я отвечаю сам за себя в течение всего дня.	*Убеждения:* Каждый должен любить меня. Некоторые люди — плохие. Они должны быть наказаны. Вещи и события не могут отличаться от моих представлений. В моих неприятностях виноваты вы.

Факторы, способствующие эффективности самоутверждения	Факторы, препятствующие эффективности самоутверждения
Я могу осознавать, когда дела идут не так, как надо. Важно действовать. Я способен. Я могу изменяться. Другие люди способны сами отвечать за себя. Я могу быть гибким.	Лучше не пытаться что-то изменить. Я нуждаюсь в ком-то более сильном, чем я. Я не могу идти другим путем. Ваши проблемы являются моими проблемами. Есть только один путь сделать это.

2. Ответьте на вопросы откровенно, подумайте:

• Действительно ли вы сами выбираете?

• Может быть, вашу «Программу» на самом деле составляют родители, которые хотят таким образом реализовать свою невоплощенную мечту?

• Может быть, вы равняетесь на друга или подругу, разрабатывая эту «Программу»?

3. Не делайте этих ошибок, «Программа» ваша и только ваша, определите сначала свой личностный план развития!

• Поставьте перед собой ясные цели.

• Определите, по каким признакам вы будете судить об успехе.

• Будьте довольны скромным прогрессом. «Большой дуб вырастет из маленького желудя».

• Помните, что своим развитием вы управляете сами.

• Не упускайте возможностей.

• Будьте готовы учиться у других.

• Учитесь на своих ошибках и неудачах.

• Открыто обсуждайте свои взгляды и принципы.

• Ставьте реальные сроки.

• Слова не должны расходиться с делами.

• Получайте удовольствие от своего развития.

4. Достижения, проблемы и резервы самоутверждения

Выпишите в таблицу ваши оценки всех сторон самоутверждающегося «Я».

Самоутверждение «Я»		Настоящие оценки	Проблемы
«Я» = самоутверждение	Успешен, способен. Признан, уважаем. Имею влияние, власть		
«Я» = в личностном общении	Импозантно выгляжу, нравлюсь окружающим. Владею языком, хорошо говорю. Владею приемами вербального общения. Владею приемами невербального общения. Раскован, не страдаю комплексами. Нахожу подход к разным людям		
«Я» = в социальном общении	Чувствую себя взрослым, гражданином. Знаю, к чему я стремлюсь. Имею авторитет, являюсь лидером в своей области. Умею вести себя в обществе, с людьми. Участвую в общественной работе. У меня хорошие отношения с родителями. Умею организовать деловое общение		

Самоутверждение «Я»		Настоящие оценки	Проблемы
«Я» = в коллективе	Меня удовлетворяет мое положение в коллективе. Чувствую себя членом команды. У меня много друзей. Достаточно значу (меня ценят) в коллективе. У меня чувство «Мы». Чувствую за собой защиту коллектива		
«Я» = в труде и творчестве	Целеполагаю, выдумываю, изобретаю. Планирую, организую Творю, создаю, экспериментирую. Способный, одаренный, талантливый. Трудолюбивый, настойчивый, целеустремленный. Готов к любому труду		
«Я» = в сфере общечеловеческой нравственности	Гуманный человек, готовый прийти на помощь другому. Добрый, верю в человеческое добро. Честный, справедливый, совестливый. Свободный и уважающий свободу других. Верен слову, долгу, обязательствам. Готов защищать свое достоинство и общечеловеческие нравственные принципы. Нравственно закален		

5. Составить «Программу самоутверждения» – это прежде всего верно сформулировать цели Программы, учитывая при этом следующие моменты:

Интересны и привлекательны	Доступны и посильны	Нужны не только вам, но и окружающим
— если выбранная цель нравится, вы охотнее будете продвигаться к результату, повышать свои знания, стремиться к достижениям	— правильно определите свои возможности: способности, состояние здоровья, уровень знаний и умений	— определите, кому будет, кроме вас, хорошо от реализованной цели, усилите ли вы авторитет среди окружающих, кто из окружающих будет помощником на пути достижения цели

Упражнение «Формирование позиций»

Оцените уровень освоения вами перечисленных позиций, «расставьте их по порядку» – от тех, которыми вы пользуетесь постоянно, до тех, которыми вы не руководствуетесь и не владеете. Следующий этап: выберите позиции, которыми вы не владеете, и сознательно вырабатывайте их в своем повседневном поведении, каждый день, давая себе отчет, как у вас это получается. Выполняйте до тех пор, пока вы не почувствуете, что пользуетесь ими почти автоматически.

Стремление к самоутверждению осуществляется в деятельности и не исключает (а даже предполагает) ошибки, неудачи, и даже поражения. Альберт Швейцер, ученый-гуманист, считал, что: «Даже если вы делаете самое полезное для людей, вы должны исходить не из того, что окружающие

убирают камни с вашего пути, а из того, что окружающие то и дело накладывают новые камни вам на пути».

Это означает, что всю жизнь, двигаясь к цели, самоутверждаясь, вы будете преодолевать трудности, сами убирать со своего пути «камни». Вы должны подготовиться к этому, чтобы хватило сил и способностей.

Приложение 4.8
Примерная «Программа самоутверждения»

Задачи этапа / Этапы	Сферы самоутверждения					Сроки исполнения
	«Я» — в общении	«Я» — социальное	«Я» — в творчестве	«Я» — полоролевое	«Я» — нравственное	
Мои достоинства						
Мои недостатки						
Главные задачи						
Самоутверждение в деятельности:						
а) режим						
б) уроки, школа						
в) семья						
г) друзья						
д) досуг						

Приложение 4.9
Типы личностей в самоутверждении

Перед вами прошла целая серия сфер жизнедеятельности, в которых человек может удовлетворить одну из главных своих потребностей – потребность самоутверждения. Каждый из вас, наверное, определил свою сферу, в которой его личность находит удовлетворение, испытывает успех, утверждается.

Но человек может найти самоутверждение не только в содержании деятельности (сфере), но и в ее характере, направленности, в способах, методах. По этому признаку можно выделить следующие ***типы личностей*** в самоутверждении.

1. *Альтруисты.* Главное в жизни для таких людей – быть полезными другим, служение окружающим. Это преданные друзья. Когда такой человек чувствует, что полезен, он ощущает настоящее счастье. Антиподом альтруиста является эгоцентрист, получающий удовлетворение только от деятельности для себя.

2. *Коллективисты.* Они утверждаются, прежде всего, в общении с единомышленниками. С ними они чувствуют творческий подъем. Они готовы проводить ночи в жарких спорах и задушевных беседах. Одобрение тех, кто относится к их кругу, имеет для них решающее значение.

3. *Честолюбцы.* Не могут жить без самоутверждения через славу и лавры. Похвала, награда для них – могучий стимул к дальнейшим действиям, резкая критика – смертельный удар. Жажда успеха, признания, славы зачастую определяет все их поведение.

4. *Трудяги.* Самоутверждаются через труд, и даже не сам труд, а состояние удовлетворения после напряженного плодотворного труда. Таким людям нравится, после того как работа выполнена, с наслаждением разглядывать свое произведение, будь то груда наколотых дров или написанная книга.

5. *Борцы.* Наивысшее удовлетворение для них – победа в соревновании, в бою, в рискованной схватке. Про них писал А. С. Пушкин:

Есть упоение в бою
И бездны мрачной на краю,
И в разъяренном океане,
Средь грозных волн и бурной тьмы,
И в аравийском урагане,

И в дуновении чумы.
Все, все, что гибелью грозит,
Для сердца смертного таит
Неизъяснимы наслажденья —
Бессмертья, может быть, залог!
И счастлив тот, кто средь волненья
Их обретать и ведать мог.

6. ***Романтики, идеалисты.*** Это те, кто больше всего на свете любит необычайное, необыкновенное, таинственное. Их мечта – побывать там, «где не ступала нога человека» или, на худой конец, их собственная нога. Это неутомимые туристы, путешественники, альпинисты, спелеологи.

7. ***Исследователи, изобретатели.*** Высшее удовлетворение для них – в самоутверждении на поприще науки. Открыть, изобрести, разобраться в трудном вопросе, например, решить сложную задачу, которая долгое время не поддавалась, – в этом они находят самоутверждение.

8. ***Эстеты, люди искусства.*** Внутренне сосредоточенные, жаждущие, прежде всего, *красоты в жизни.* Они более всего получают наслаждение и утверждаются в искусстве, созерцании природы, создании художественных произведений.

9. ***Коллекционеры.*** Им особенно важно накопление – все равно чего: упаковок от сигарет или редких книг, марок, денег, покоренных сердец.

10. ***Гедонисты.*** Видят счастье в телесном или душевном комфорте. Высшая цель для них – получить удовольствие, наслаждение. Они любят вкусно поесть, сладко поспать. Они с удовольствием смотрят пустой сериал, обожают безумную возбужденность дискотеки, часто сладострастны. Простые радости – для них смысл жизни.

Определите наиболее близкий вам тип самоутверждения. Отнеситесь к нему критически. Пополните арсенал способов самоутверждения, заимствуя их от других типов.

Приложение 4.10
Интервью с участниками проекта

Вопрос: Поможет ли «Программа самоутверждения» жить в мире с собой и другими? Почему?

Вот какие мы получили **ответы:**

1. Да, поможет, потому что «Программа самоутверждения» направлена на воспитание своего «Я». Человек может через самоутверждение придти к миру в своей душе. Если есть мир в своей душе, то он будет и в отношениях с другими людьми.

2. Самоутверждение может состояться тогда, когда человек живет в мире с другими людьми.

3. Самоутверждение – путь к жизни без конфликтов, к умению общаться с людьми.

4. Жизнь в согласии с другими, признание их значимости – путь и к моему самоутверждению.

Приложение 5.1
Как жить в мире и согласии с собой и другими

Вы видели, как просыпается солнце? Для меня это самое удивительное зрелище в мире!

Сначала светлеет полоска на горизонте, затем она ширится, становится светло-желтой, потом делается розоватой, и вот, наконец, выкатывается шар солнца. Кажется, он слепит глаза. Но как радостно наблюдать за ним! Хочется прыгать, скакать от радости! Это, наверное, самая чистая радость на свете, когда видишь, как улыбается весь мир!

И лужицы с теплой водой, когда по ним шлепаешь босыми ногами. Попробуйте, и вы увидите улыбку лужиц. Вот и чувствуешь, как прекрасен этот мир, как хорошо жить на свете! Не хочется ссориться, в душе такое умиротворение, что хочется обнять весь мир!

(Лиза Ч.)

Ветер стучит в окно веткой клена, который уже стал совсем взрослым. Тук-тук-тук… Мне кажется, что хочет попросить меня, чтобы я открыла окно, и согрела этот клен… Как согрела? Теплом своего дома, который открыт для друзей, теплом своего сердца, которое открыто для всех хороших людей… Клен – мое любимое дерево, которое посадил мой папа, когда я родилась… Растем мы вместе…

Глядя на него, я задумалась над тем, что ветер не случайно просит тепла для моего деревца, он тоже, как и я, любит его. Смотришь на него и думаешь, как хорошо жить в мире и согласии с собой и другими… А как этого достичь?

Мне кажется, что надо быть терпимым по отношению к людям, уметь не обижаться на них, прощать их… не презирать людей, если они не любят то, что люблю я.

Я люблю небо, звезды, море, речку в деревне моей бабушки, землю. Радуюсь солнцу, дождю, снегу и ветру, никогда не топчу траву, не обижаю бездомных животных. Переживаю за состояние природы на Земле,

содействую ее приумножению, стараюсь каждой весной или осенью посадить дерево или кустарник.

Мне кажется, что умею обращаться с природой, потому что она лечит мою душу. Я разговариваю со своим кленом, и мне кажется, что он меня понимает, сочувствует мне и гладит меня по щекам своей листвой. А знаете, почему он сейчас постучал в окно? Напомнил: будешь писать сочинение, не забудь о нас! Поэтому мне всегда кажется, что я несу ответственность за природу вместе со всем человечеством. Моя мечта – посадить и вырастить огромный сад на радость людям. Тогда они все точно почувствуют, глядя на цветущий сад, как это здорово – жить в мире и согласии с собой и душой.

(Ира К.)

У меня есть Друг, его зовут Бяшим. Он приехал из Туркменистана. Его посадили со мной за одну парту. Он мне сразу понравился тем, что многое умеет делать: и мастерит постоянно что-то, помогает родителям в их тяжелой работе. Бяшим молчаливый, он не кричит, даже если его обидели, но умеет постоять за себя, за это его в классе уважают. Он хорошо разбирается в математике, физике. А по русскому языку у него возникают трудности. Я стараюсь ему помочь. Бяшим своим поведением учит и меня общаться с людьми, уважать родителей. Я даже в метро стал уступать место пожилым людям, женщинам. Он делает это постоянно.

Он заботится о своих младших братьях и сестре. Бяшим все успевает сделать хорошо и вовремя. Этому я у него учусь. Мы дружим уже 2 года, но он меня ни разу не предал. Он надежный друг, я его за это уважаю. По-моему, он знает, как жить с собой и другими.

(Олег П.)

Вы когда-нибудь видели, как танцуют облака? Если нет, попробуйте присмотреться к голубому ясному небу с легкими перистыми облачками! Они плавно плывут в вышине, то опережая друг друга, то отходя в сторону, то вновь соединяясь. Это напоминает коллективный танец людей, где каждый хорош по-своему, несмотря на то, что это ансамбль. Я, когда наблюдаю этот небесный танец, всегда вспоминаю, как танцует моя армянская подруга Гайяне! Удивительно плавные движения рук, головы,

кажется, что она так держит свой стан (по-другому и не назовешь ее фигуру), что невольно сравниваешь ее с лебедем… Ее танец прекрасен! Но Гайяне и в жизни такая же: спокойная, добрая, всегда готова придти на помощь! А какие вкусные вещи в ее семье готовятся: это и пирожные, и пахлава, и слойки, и сырный пирог! Много всего там! Их дом постоянно полон гостей! Их семья очень гостеприимна, причем там бывают люди различных национальностей. Создается впечатление, что они любят людей и встречи с ними их радуют. Мне кажется, что людям в их семье тепло, радостно, как будто солнце светит! Я люблю бывать в их доме. Папа у Гайяне увлекается культурой древнего государства Урарту, и все в их доме очень интересно могут об этом рассказать. Мне очень хотелось, когда мы этот материал проходили, чтобы Гайяне выступила, но она постеснялась. А ведь она великолепный рассказчик! Могу сказать, что ценю ее надежность, эрудицию, доброту, умение жить в мире и согласии с собой и другими, любить людей, с их недостатками, прощать их. Этому я у нее и учусь.

Валя Г.

В нашей школе учатся дети семьи Хацуевых: Хассан, Тамерлан и Даяна. Мы все их хорошо знаем: Хассан – знаменитый футболист, Тамерлан – очень спокойный, с твердым характером, как его называют учителя, – это настоящий мужчина, Даяна – младшая сестра Хассана и Тамерлана, увлекается большим теннисом, театром. Она хоть и младшая, но отличная хозяйка и многое умеет делать. Все они очень дружны между собой, а мальчики в любое время защитят свою сестренку. Мне нравится бывать у них в семье. Их папа и мама всегда в курсе школьных дел, поддерживают своих детей, помогают им, если возникнут трудности. А когда кто-то из них что-то важное сделает (например, Хассан отлично сыграет в футбол и благодаря ему команда выиграет), то родители устраивают настоящий праздник для друзей.

У мамы, Жанны Борисовны, очень большое сердце, она всегда готова придти всем на помощь. Недаром она работает в нашей школе заместителем директора по социальной защите.

Это очень важно иметь в семье лад, тогда и живешь с собой в мире, и нет желания ссориться с другими. Вот такой я сделал вывод, познакомившись поближе с

кабардинской семьей Хацуевых.

Миша В.

Список литературы

1. *Аверзаев И. Ч.* О формировании толерантности у учащейся молодежи // Воспитание школьников. – 2010. – № 7. – С. 64–66.

2. *Брудный А. А.* Понимание и общение. – М., 1989.

3. *Гаркуша Н. С.* Классный час «Мир толерантности» // Классный руководитель. – 2010. – № 8 – С. 77–81.

4. *Горелов И. М. и др.* Умеете ли вы общаться? – М., 1991.

5. *Коломинский Я.* Человек среди людей. – М., 1970.

6. *Кочетов А. И.* Организация самовоспитания школьников. – Минск, 1990.

7. *Кузьми на Н. М.* Давайте уважать друг друга // Читаем, учимся, играем. – 2011. – № 3. – С. 102–107.

8. *Селевко Г. К. и др.* Утверждай себя. – М., 2001.

9. *Целова Д. Д.* Мы такие разные // Читаем, учимся, играем. – 2010. – № 11. – С. 62–65.

10. *Ясникова Л. Д.* Педагогическая конфликтология / Л. Д. Ясникова // Вожатый века. – 2008. № 1.

notes

Примечания

1

http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/materialy-dlya-roditelei/fgos